

PANDUAN TRADING EMAS

MANTRA FOREX

Panduan Lengkap Trading Emas XAUUSD — dari Nol sampai Sistem Sendiri

Pasar tidak membayar orang yang paling tahu. Pasar membayar orang yang paling konsisten menjalankan yang sedikit ia tahu.

Edisi: Bahasa Indonesia

Instrumen: XAUUSD (emas terhadap dolar Amerika)

Untuk: Pembaca yang belum pernah membuka grafik, sampai trader yang sudah punya sistem

Zona waktu acuan: WIB (UTC+7)

Satuan acuan: pergerakan dolar per troy ons

Penerbit: traderpemula.com

HAK CIPTA & LISENSI

© 2026 traderpemula.com

Buku ini dibagikan **gratis**. Hak ciptanya tetap dipegang penulis dan dilindungi Undang-Undang Hak Cipta Republik Indonesia (UU No. 28 Tahun 2014), tapi izin memakainya diberikan seluas mungkin, karena buku yang tidak sampai ke pembacanya tidak menolong siapa pun.

Yang boleh, tanpa perlu bertanya. Membacanya di perangkat mana pun, mencetaknya untuk dipakai sendiri, dan meneruskan berkasnya kepada siapa pun — teman, grup belajar, kelas, atau forum. Kalau kamu mengambil satu bagian untuk dikutip, sebutkan judul buku dan asalnya, supaya pembaca berikutnya bisa mencari sisanya.

Yang tidak boleh. Menjualnya, menjadikannya bonus berbayar produk lain, menaruhnya di balik pendaftaran atau pembayaran, menerbitkannya ulang dengan nama lain, dan mengubah isinya lalu menyebarkannya sebagai buku ini. Yang dijaga di sini bukan pendapatan, tapi keutuhan: angka di buku ini saling terkait dari BAGIAN 0 sampai LAMPIRAN, dan versi yang disunting sepotong-sepotong bisa membuat pembacanya menghitung ukuran posisi dengan salah tanpa tahu bahwa angkanya sudah diubah.

Karena itu, cara paling aman membagikannya adalah meneruskan berkas PDF-nya utuh, atau menautkan ke traderpemula.com supaya yang didapat pembaca selalu edisi terbaru.

Izin di luar yang di atas, kutipan resmi, dan koreksi isi: legal@traderpemula.com

PERINGATAN RISIKO

Baca bagian ini sampai habis. Ini bukan formalitas hukum, dan angkanya nyata.

Trading emas dengan leverage adalah aktivitas berisiko tinggi. **Kamu bisa kehilangan seluruh modal, dan itu adalah hasil yang paling umum**, bukan hasil yang langka. Broker teregulasi di Eropa diwajibkan mengumumkan persentase klien ritel mereka yang merugi; angkanya berkisar 70–80%.

Buku ini bukan nasihat keuangan dan tidak bisa disesuaikan dengan keadaanmu, karena penulisnya tidak mengetahui keadaanmu. Ia berisi penjelasan mekanisme dan kerangka pengambilan keputusan. Keputusannya milikmu, demikian juga akibatnya.

Tiga hal yang tidak dijanjikan buku ini, karena tidak ada yang bisa menjanjikannya: penghasilan tetap, persentase keuntungan tertentu, dan jangka waktu tertentu untuk mencapainya.

Satu hal yang dinyatakan sejelas mungkin sepanjang buku: **jangan memakai uang yang kehilangannya akan mengubah hidupmu**. Bukan karena itu nasihat yang baik, tapi karena uang seperti itu mengubah keputusanmu, dan keputusan yang berubah karena takut adalah penyebab teknis kerugian — bukan akibatnya. BAGIAN 0 Bab 2 menjelaskan mekanismenya.

KATA PENGANTAR

Buku ini lahir dari satu masalah yang berulang.

Materi trading emas berbahasa Indonesia sebenarnya banyak. Yang jarang adalah materi yang urutannya benar. Hampir semuanya dimulai dari tengah: pembaca disuruh mengenali pola lilin sebelum tahu apa itu lilin, disuruh mengatur risiko 2% sebelum tahu cara menghitung ukuran posisi, disuruh "disiplin" tanpa satu pun aturan yang bisa diperiksa benar atau salahnya.

Akibatnya bisa diramalkan. Orang mengumpulkan banyak pengetahuan yang tidak tersambung, mencoba di akun nyata, dan kehilangan modalnya karena satu hal yang tidak pernah dibahas: ukuran posisi. Lalu ia menyimpulkan bahwa yang kurang adalah pengetahuan, dan mencari materi baru.

Buku ini disusun untuk memutus lingkaran itu, dengan tiga keputusan yang dipegang di seluruh isinya.

Pertama, urutannya dari nol yang sebenarnya. BAGIAN 0 dimulai dari apa yang kamu beli ketika membeli XAUUSD, dan berakhir di order pertama di akun demo. Kalau kamu belum pernah membuka platform trading, mulai dari sana dan jangan melompat.

Kedua, tidak ada istilah yang dipakai sebelum dijelaskan. Setiap istilah teknis didefinisikan di kemunculan pertamanya, atau ada di glosarium di bagian belakang. Ini diperiksa dengan daftar istilah, bukan dengan perasaan penulisnya.

Ketiga, seluruh angka memakai satu satuan. Ini keputusan yang paling banyak mengubah isi buku, dan alasannya ada di bagian berikut.

Buku ini tidak akan membuatmu untung. Yang bisa dilakukannya lebih sempit dan lebih berguna: memastikan kalau kamu merugi, penyebabnya bukan hal yang bisa dihitung sebelumnya.

SATUAN YANG DIPAKAI DI BUKU INI

Di banyak materi trading emas, satu kata dipakai untuk dua hal yang berbeda dan selisihnya sepuluh kali. Kata itu adalah "**pip**".

Sebagian penulis memakai satu pip emas = pergerakan harga \$0,10, sebagian lagi \$0,01. Keduanya dipakai luas, keduanya bisa dibela, dan keduanya menghasilkan ukuran posisi yang berbeda sepuluh kali untuk perhitungan yang sama. Kalau tabel memakai satu arti dan rumusnya memakai arti yang lain — dan ini sering terjadi di dalam satu buku yang sama — pembaca yang mengikuti tabel bisa membuka posisi sepuluh kali lebih besar daripada yang ia niatkan.

Karena itu buku ini tidak memakai kata "pip" sama sekali, kecuali satu kali di glosarium untuk menjelaskan kekacauan ini. Seluruh isinya memakai **pergerakan dolar**, yang tidak punya dua arti:

1,00 lot XAUUSD = 100 troy ons

Harga bergerak \$1,00:

1,00 lot → \$100 0,10 lot → \$10 0,01 lot → \$1

Rumus ukuran posisi:

LOT = Risiko dalam dolar ÷ (jarak stop loss dalam dolar × 100)

Tiga baris itu dipakai di setiap perhitungan di buku ini, dari BAGIAN 0 sampai LAMPIRAN. Seluruh tabel ukuran posisi dibangkitkan dari rumus yang sama, jadi tabel dan prosanya tidak mungkin berbeda.

Saat kamu membaca materi lain dan menemukan kata "pip", satu-satunya hal yang perlu kamu lakukan: cari tahu arti mana yang dipakai penulisnya, lalu terjemahkan ke pergerakan dolar sebelum memakai angkanya.

CARA PAKAI BUKU INI

Kalau kamu belum pernah membuka platform trading. Mulai dari BAGIAN 0, urut, dan selesaikan latihannya. Jangan menyetor uang sampai selesai BAGIAN 3. Ini bukan kehati-hatian berlebihan — BAGIAN 3 berisi cara menghitung ukuran posisi, dan tanpa itu, akun nyata berapa pun besarnya punya nasib yang sama.

Kalau kamu sudah pernah trading dan pernah kehilangan modal. Baca BAGIAN 3 dan BAGIAN 4 lebih dulu, lalu BAGIAN 8. Tiga bagian itu berisi penyebab yang paling sering, dan urutan ini menghemat waktumu. Setelah itu kembali ke BAGIAN 0 untuk memeriksa apakah ada dasar yang bolong.

Kalau kamu sudah punya sistem dan ingin memperbaikinya. Mulai dari BAGIAN 9, lalu BAGIAN 11 Bab 1, lalu kembali ke bagian yang ditunjuk oleh temuanmu sendiri.

Empat hal yang berlaku untuk semua pembaca:

- **Kerjakan latihannya dengan angka akunmu sendiri.** Latihan di buku ini bukan soal ujian; ia cara mengubah penjelasan umum menjadi angka yang berlaku untukmu. Bab yang latihannya dilewati akan terasa sudah dipahami padahal belum.
- **Bab yang menyebut angka broker harus diperiksa di brokermu.** Spread, ukuran lot minimum, dan tingkat leverage berbeda antar broker, dan perbedaannya mengubah hitungan.
- **Jangan membaca lebih dari satu bagian sehari.** Bukan karena isinya sulit, tapi karena latihannya butuh waktu berjalan.
- **Tandai bab yang kamu lewati.** Buku ini punya rujukan silang antar bab; kalau suatu penjelasan terasa menggantung, biasanya karena bab yang dirujuknya belum dibaca.

Yang tidak ada di buku ini, dan disebutkan agar kamu tidak mencarinya: sinyal trading, indikator rahasia, dan sistem yang bisa dipakai tanpa dipahami.

PETA BELAJAR

Buku ini bisa dibaca urut dari depan ke belakang. Tapi kalau kamu ingin tahu di mana posisimu, tabel ini membaginya ke empat tingkat.

Tingkat	Bagian	Bab	Yang kamu bisa setelahnya
Nol	BAGIAN 0	11	Membuka akun demo, memasang order dengan stop loss, membaca floating P/L
Pemula	BAGIAN 1–5	41	Membaca struktur harga, menghitung ukuran posisi, menghindari akun habis, memilih jam
Menengah	BAGIAN 6–9	36	Menghadapi rilis data, eksekusi intraday, mengenali pola kesalahan diri, mengukur sistem
Lanjutan	BAGIAN 10–11	14	Memperlakukan trading sebagai bisnis, menyusun sistem sendiri secara tertulis

Rincian per bagian:

Bagian	Judul	Bab	Tingkat
0	Mulai dari nol	11	Nol
1	Fondasi: mengenal pasar emas	3	Pemula
2	Membaca chart: pergerakan harga XAUUSD	11	Pemula
3	Mengelola risiko dan ukuran posisi	14	Pemula — wajib sebelum akun nyata
4	Rem darurat: menjaga akun tetap hidup	6	Pemula
5	Waktu: sesi pasar dan volatilitas	7	Pemula
6	Rilis data ekonomi dan harga emas	7	Menengah
7	Eksekusi: scalping dan intraday	9	Menengah
8	Psikologi Trader Emas	10	Semua tingkat
9	Sistem, jurnal, dan evaluasi	10	Menengah
10	Trading sebagai usaha	11	Lanjutan
11	Menyusun sistemmu sendiri	3	Lanjutan
—	LAMPIRAN: toolkit cetak dan glosarium	—	Semua tingkat

Tiga bagian yang tidak boleh dilewati oleh siapa pun, apa pun tingkatnya: **BAGIAN 3, BAGIAN 4, dan BAGIAN 8**. Dua yang pertama menentukan apakah akunmu bertahan; yang ketiga menentukan apakah kamu menjalankan dua yang pertama.

BENTUK SETIAP BAB

Semua bab memakai bentuk yang sama, supaya kamu tahu apa yang akan datang:

- **Isi bab** — penjelasan, dengan contoh berangka.
- **Poin Kunci** — ringkasan yang bisa dibaca ulang tanpa membaca babnya.
- **Checklist Bab** — daftar yang bisa dicentang untuk memastikan babnya sudah dijalankan, bukan hanya dibaca.
- **Latihan** — pekerjaan dengan angka akunmu sendiri.

BAGIAN 0 Bab 4 dan Bab 5 memuat tangkapan layar. Tampilan platform dan area klien broker berubah antar versi, jadi gambarnya hanya pendamping: yang menjadi pegangan adalah nama menu dan nama kolom, yang ditulis persis. Kalau letak tombolnya di layarmu berbeda, carilah namanya.

DAFTAR ISI

BAGIAN 0	MULAI DARI NOL	12
Bab 0.1	APA ITU TRADING, DAN APA YANG SEBENARNYA KAMU BELI DI XAUUSD	13
Bab 0.2	UANG, RISIKO, DAN EKSPEKTASI REALISTIS	18
Bab 0.3	BAHASA UKURAN: ONS, LOT, DAN PERGERAKAN DOLAR	22
Bab 0.4	BUKA AKUN BROKER: REGULASI, VERIFIKASI, DEPOSIT & WITHDRAW	27
Bab 0.5	INSTALL DAN LOGIN MT4/MT5	33
Bab 0.6	TUR LAYAR PLATFORM	39
Bab 0.7	ANATOMI LILIN DAN RENTANG WAKTU	44
Bab 0.8	ORDER PERTAMA DI AKUN DEMO	49
Bab 0.9	JENIS ORDER: MARKET ORDER, LIMIT, STOP, DAN KAPAN PAKAI YANG MANA	55
Bab 0.10	MARGIN, LEVERAGE, MARGIN CALL, STOP OUT	60
Bab 0.11	30 HARI PERTAMA: APA YANG DILATIH DI DEMO	65
BAGIAN 1	FONDASI: MENGENAL PASAR EMAS	71
Bab 1.1	KENAPA EMAS (XAUUSD) DAN BUKAN INSTRUMEN LAIN	72
Bab 1.2	CARA KERJA PASAR EMAS: SIAPA LAWANMU	75
Bab 1.3	APA YANG MENGGERAKAN HARGA EMAS	78
BAGIAN 2	MEMBACA CHART: PERGERAKAN HARGA XAUUSD	83
Bab 2.1	STRUKTUR PASAR: RANGKA DI BALIK PERGERAKAN	84
Bab 2.2	TREND: CARA MENGENALI DAN FASE-FASENYA	89
Bab 2.3	SUPPORT, RESISTANCE, DAN KEY LEVEL	93
Bab 2.4	LIKUIDITAS: DI MANA UANG BESAR MENUNGGU	98
Bab 2.5	ORDER BLOCK DAN ZONA SUPPLY-DEMAND	103
Bab 2.6	PENOLAKAN LILIN SEBAGAI SINYAL	107
Bab 2.7	TEMBUSAN PALSU	112
Bab 2.8	ANALISIS BEBERAPA RENTANG WAKTU SEKALIGUS	117
Bab 2.9	KONFLUENS DAN SETUP BERPELUANG TINGGI	121
Bab 2.10	INDIKATOR: YANG PENTING DAN YANG TIDAK	126
Bab 2.11	KONFIRMASI ENTRY DARI BEBERAPA RENTANG WAKTU	130
BAGIAN 3	MENGELOLA RISIKO DAN UKURAN POSISI	135
Bab 3.1	TIGA PILAR PENGELOLAAN RISIKO	136
Bab 3.2	RISIKO PER TRANSAKSI DAN BATAS BERLAPIS	141
Bab 3.3	POSITION SIZING XAUUSD: RUMUS MASTER DAN TABELNYA	146
Bab 3.4	RISK-REWARD REALISTIS DAN EXPECTANCY	153
Bab 3.5	DRAWDOWN: TINGKAT KEPARAHAN DAN PROSEDUR PEMULIHAN	159
Bab 3.6	COMPOUND VERSUS WITHDRAW	165

Bab 3.7	LOT DINAMIS DAN REZIM PASAR	170
Bab 3.8	SCALING IN YANG BENAR	177
Bab 3.9	KONTROL EKSPOSUR	182
Bab 3.10	MENGELOLA BEBERAPA POSISI SEKALIGUS	189
Bab 3.11	CARA BERPIKIR PORTOFOLIO DAN KORELASI EMAS	194
Bab 3.12	HEDGING: PAKAI DENGAN HATI-HATI	199
Bab 3.13	KAPAN MENAIKKAN LOT, KAPAN MENURUNKAN	203
Bab 3.14	SIMULASI RISIKO DAN MONTE CARLO SEDERHANA	208

BAGIAN 4 REM DARURAT: MENJAGA AKUN TETAP HIDUP **213**

Bab 4.1	LIMA PENYEBAB AKUN HANCUR	214
Bab 4.2	BAHAYA OVERLOT DAN MATEMATIKA KEBANGKRUTAN	217
Bab 4.3	BATAS RUGI HARIAN, MINGGUAN, DAN BULANAN	224
Bab 4.4	BERTAHAN DENGAN MODAL KECIL	230
Bab 4.5	TIGA POLA KEHANCURAN YANG NYATA	235
Bab 4.6	PEMULIHAN SETELAH AKUN HABIS	241

BAGIAN 5 WAKTU: SESI PASAR DAN VOLATILITAS **246**

Bab 5.1	KARAKTER SESI ASIA	247
Bab 5.2	KARAKTER SESI LONDON	250
Bab 5.3	KARAKTER SESI NEW YORK	253
Bab 5.4	OVERLAP LONDON-NEW YORK: JAM PALING AKTIF	257
Bab 5.5	PERILAKU VOLATILITAS PER SESI	260
Bab 5.6	JAM TERBAIK DAN CARA MENGHINDARI PASAR MATI	264
Bab 5.7	SETUP PER SESI: ASIA, LONDON, NEW YORK	269

BAGIAN 6 RILIS DATA EKONOMI DAN HARGA EMAS **272**

Bab 6.1	DASAR DAMPAK BERITA PADA HARGA EMAS	273
Bab 6.2	CPI: INDEKS HARGA KONSUMEN	277
Bab 6.3	NFP: DATA TENAGA KERJA AMERIKA	280
Bab 6.4	FOMC: RAPAT BANK SENTRAL AMERIKA	284
Bab 6.5	SPREAD DAN SLIPPAGE SAAT RILIS DATA	288
Bab 6.6	STRATEGI AMAN MENGHADAPI BERITA	293
Bab 6.7	MENGUASAI KALENDER EKONOMI	298

BAGIAN 7 EKSEKUSI: SCALPING DAN INTRADAY **302**

Bab 7.1	SIKAP UNTUK SCALPING	303
Bab 7.2	KONDISI PASAR: KAPAN SCALPING, KAPAN TIDAK	308
Bab 7.3	FILTER SEBELUM MASUK POSISI	312
Bab 7.4	MENGELOLA STOP LOSS	316
Bab 7.5	MENGUNCI UNTUNG DAN TRAILING STOP	320

Bab 7.6	ANTI TRANSAKSI BERLEBIHAN	324
Bab 7.7	RANGE TRADING SAAT PASAR MENYAMPING	328
Bab 7.8	SETUP SCALPING NYATA	331
Bab 7.9	RUTINITAS HARIAN: SEBELUM, SAAT, SESUDAH	335

BAGIAN 8 PSIKOLOGI TRADER EMAS **339**

Bab 8.1	PSIKOLOGI VERSUS STRATEGI	340
Bab 8.2	FOMO DAN CARA MELEPASNYA	344
Bab 8.3	REVENGE TRADING	348
Bab 8.4	OVERCONFIDENCE DAN EFEK DUNNING-KRUGER	353
Bab 8.5	TAKUT SETELAH RUGI	357
Bab 8.6	RANGKAIAN RUGI: SAAT SISTEM TERASA RUSAK	361
Bab 8.7	RANGKAIAN UNTUNG: SAAT OTAK MULAI BERBOHONG	365
Bab 8.8	PLATEAU DAN KELELAHAN	369
Bab 8.9	SISTEM DISIPLIN	373
Bab 8.10	RUTINITAS MENTAL HARIAN	377

BAGIAN 9 SISTEM, JURNAL, DAN EVALUASI **382**

Bab 9.1	APA ITU SISTEM TRADING DAN KOMPONENNYA	383
Bab 9.2	EDGE: KENAPA KAMU BISA UNTUNG JANGKA PANJANG	387
Bab 9.3	CARA BACKTEST YANG BENAR	391
Bab 9.4	FORWARD TEST: JEMBATAN KE AKUN NYATA	395
Bab 9.5	MENGUKUR PERFORMA SISTEM	399
Bab 9.6	KENAPA PERLU JURNAL, DAN CARA MENINJAU TRANSAKSI	403
Bab 9.7	MENCATAT EMOSI	407
Bab 9.8	ANALISIS WINRATE DAN POLA KESALAHAN	412
Bab 9.9	TINJAUAN MINGGUAN, BULANAN, DAN KUARTALAN	415
Bab 9.10	KERANGKA PERBAIKAN BERKELANJUTAN	418

BAGIAN 10 TRADING SEBAGAI USAHA **422**

Bab 10.1	MENGENAL EXPERT ADVISOR DAN SEMI-OTOMATIS	423
Bab 10.2	BACKTEST EXPERT ADVISOR DENGAN BENAR	427
Bab 10.3	BAHAYA SISTEM SEPENUHNYA OTOMATIS UNTUK PEMULA	431
Bab 10.4	PROP FIRM: APA ITU DAN CARA MEMILIH YANG SAH	434
Bab 10.5	STRATEGI LULUS CHALLENGE	438
Bab 10.6	MENGELOLA AKUN FUNDED	442
Bab 10.7	MENGELOLA BEBERAPA AKUN	446
Bab 10.8	SIKAP TRADER VERSUS PENGUSAHA	450
Bab 10.9	LEGALITAS TRADING DI INDONESIA	455
Bab 10.10	PAJAK TRADER DAN PENCATATAN KEUANGAN	459
Bab 10.11	MEMBANGUN BEBERAPA SUMBER PENGHASILAN	463

BAGIAN 11	MENYUSUN SISTEMMU SENDIRI	467
Bab 11.1	BLUEPRINT SISTEM PRIBADI	468
Bab 11.2	ROADMAP 30, 90, 180, DAN 365 HARI	474
Bab 11.3	EVALUASI DIRI DAN CHECKLIST BERTAHAN BERSKOR	479
LAMPIRAN	Toolkit cetak dan glosarium	484
L1	TABEL UKURAN POSISI	485
L2	PELACAK RISIKO DAN BATAS BERLAPIS	487
L3	TEMPLAT JURNAL TRANSAKSI	488
L4	PELACAK EMOSI	489
L5	CHECKLIST SEBELUM MASUK POSISI	490
L6	CHECKLIST PERSIAPAN SESI	491
L7	CHECKLIST TINJAUAN MINGGUAN	492
L8	CHECKLIST TINJAUAN BULANAN	493
L9	TEMPLAT KALENDER EKONOMI MINGGUAN	494
L10	KARTU ATURAN SATU HALAMAN	495
L11	DUA BELAS CONTOH CHART UNTUK DILATIH	496
	GLOSARIUM	497

BAGIAN 0

MULAI DARI NOL

11 BAB

Bagian ini ditulis dengan satu asumsi: **kamu belum pernah membuka chart sama sekali**. Tidak ada istilah yang dipakai sebelum dijelaskan. Kalau kamu sudah pernah trading dan hanya ingin memperbaiki hasil, kamu boleh langsung ke Bagian 1 — tapi BAGIAN 0 Bab 3 tetap wajib dibaca, karena di situlah cara menghitung uang di buku ini ditetapkan, dan seluruh bagian setelahnya memakainya.

BAB 0.1

APA ITU TRADING, DAN APA YANG SEBENARNYA KAMU BELI DI XAUUSD

Pengantar

Kebanyakan orang mengenal trading dari potongan video: grafik naik, angka hijau, seseorang tersenyum di depan tiga monitor. Yang tidak ditampilkan adalah bagian yang sebenarnya menentukan hasil, yaitu apa yang sedang diperjualbelikan dan dengan siapa. Bab ini menutup lubang itu dulu, sebelum kamu menyentuh tombol apa pun.

Pasar itu hanya tempat orang tidak sepakat soal harga

Bayangkan pasar buah. Ada yang mau jual mangga Rp20.000 per kilo, ada yang mau beli di Rp18.000. Selama keduanya tidak sepakat, tidak ada transaksi. Begitu ada yang mengalah, transaksi terjadi, dan harga Rp19.000 itu tercatat sebagai "harga pasar mangga hari ini".

Pasar keuangan bekerja dengan cara yang sama persis, hanya lebih cepat dan barangnya bukan mangga. Setiap detik ada orang yang yakin harga akan naik dan orang lain yang yakin harga akan turun. Harga yang kamu lihat di layar bukan ramalan dan bukan nilai "sebenarnya" — itu hanya catatan transaksi terakhir yang berhasil terjadi antara dua pihak yang tidak sepakat.

Ini penting karena banyak pemula mencari "harga yang benar". Tidak ada. Yang ada hanya harga sekarang, dan tebakan tentang harga nanti.

XAUUSD dibaca dari kanan ke kiri

XAUUSD adalah gabungan dua kode:

Kode	Arti
XAU	Emas. AU diambil dari <i>aurum</i> , nama emas dalam bahasa Latin. X menandakan ini komoditas, bukan mata uang negara
USD	Dolar Amerika

Digabung, XAUUSD berarti: **berapa dolar yang dibutuhkan untuk membeli satu ons emas**. Jadi kalau layar menunjukkan 2.050,00, artinya satu ons emas sedang dihargai 2.050 dolar.

Cara membacanya selalu sama untuk semua pasangan seperti ini: yang di depan adalah barangnya, yang di belakang adalah alat bayarnya. Ketika grafik XAUUSD naik, ada dua kemungkinan penyebab, dan biasanya keduanya bercampur: emas jadi lebih dicari, atau dolar jadi lebih lemah. Kamu tidak perlu bisa memisahkan keduanya sekarang. Yang perlu kamu ingat: **grafik ini punya dua sisi cerita**, dan itu sebabnya berita tentang Amerika bisa menggerakkan harga emas.

Kamu tidak membeli emas

Ini bagian yang paling sering disalahpahami, dan paling penting.

Ketika kamu "beli" XAUUSD di aplikasi broker, tidak ada emas yang dikirim ke mana pun. Tidak ada batangan yang disimpan atas namamu. Yang kamu lakukan adalah membuat **kesepakatan tentang selisih harga** dengan broker: kalau harga naik, broker membayarmu sebesar selisihnya; kalau turun, kamu yang membayar.

Kesepakatan seperti ini disebut **CFD**, singkatan dari *contract for difference* — kontrak atas selisih. Konsekuensinya nyata:

- Kamu tidak perlu punya uang sebesar harga emasnya. Untuk "memegang" emas senilai \$205.000 kamu tidak perlu \$205.000. Ini terdengar seperti keuntungan. BAGIAN 0 Bab 10 menjelaskan kenapa ini justru penyebab paling umum akun habis.
- Kamu bisa untung saat harga **turun**, karena yang diperdagangkan adalah selisih, bukan barangnya.
- Kamu tidak bisa "menyimpan sampai naik lagi" tanpa batas, karena posisi yang merugi menggerus jaminan yang kamu setor. Ini juga di Bab 10.

Kalau tujuanmu adalah menabung emas jangka panjang, CFD adalah alat yang salah. Beli emas fisik atau tabungan emas. Buku ini membahas hal yang berbeda: mengambil selisih dari pergerakan harga jangka pendek.

Dua arah, bukan satu

Di pasar biasa kamu hanya bisa untung kalau barang yang kamu beli jadi lebih mahal. Di sini ada dua arah:

Istilah	Kamu menebak	Kamu untung kalau
Buy (juga disebut <i>long</i>)	Harga akan naik	Harga bergerak ke atas
Sell (juga disebut <i>short</i>)	Harga akan turun	Harga bergerak ke bawah

"Sell" sering membingungkan di awal: bagaimana bisa menjual sesuatu yang tidak kamu miliki? Jawabannya, karena yang kamu perdagangkan bukan barangnya tapi selisih harganya. Kamu mencatatkan posisi di harga 2.050 dengan tebakan harga akan turun. Kalau harga jadi 2.045, selisih \$5 itu masuk ke akunmu. Kalau harga naik ke 2.055, selisih \$5 itu keluar dari akunmu.

Tidak ada yang lebih mudah atau lebih aman di antara keduanya. Buy tidak lebih "aman" karena terasa lebih normal.

Siapa lawanmu

Kamu tidak bertransaksi langsung dengan bank raksasa. Kamu bertransaksi lewat **broker**, yaitu perusahaan yang menyediakan platform, mengutip harga, dan mengeksekusi pesananmu. Broker

mendapat uang dari **spread**, yaitu selisih kecil antara harga beli dan harga jual yang mereka tampilkan, dan kadang dari komisi.

Di atas broker ada pemain jauh lebih besar: bank, dana pensiun, perusahaan pengelola aset, bank sentral. Volume mereka menentukan arah. Porsi trader perorangan seperti kita di seluruh pasar valuta asing hanya sekitar 5–6% dari total volume.

Kalimat yang perlu kamu terima sekarang supaya tidak kecewa nanti: **kamu tidak akan pernah menggerakkan pasar, dan tugasmu bukan menebak dengan tepat**. Tugasmu adalah mengenali situasi yang peluangnya sedikit berat ke satu arah, lalu mengatur ukuran posisi supaya saat tebakanmu salah — dan itu akan sering terjadi — kerugiannya kecil. Seluruh sisa buku ini pada dasarnya adalah penjelasan panjang dari satu kalimat itu.

Kenapa emas, dan kenapa emas berbahaya

Emas punya sifat yang membuatnya menarik sekaligus kejam untuk pemula.

Yang menarik: pergerakannya besar, jadi peluang muncul setiap hari tanpa perlu menunggu berminggu-minggu. Likuiditasnya tinggi di jam-jam aktif, jadi pesanan terisi cepat. Dan karena bukan mata uang satu negara, arahnya tidak ditentukan oleh satu kebijakan tunggal.

Yang kejam: dalam satu hari biasa, harga emas bergerak \$15 sampai \$40. Untuk perbandingan, itu setara berkali-kali lipat pergerakan harian pasangan mata uang populer. Artinya kesalahan ukuran posisi yang di pasar lain hanya menyakitkan, di emas bisa menghabiskan akun dalam hitungan menit.

Angka konkretnya ada di Bab 3. Untuk sekarang cukup satu gambaran: pergerakan \$2,00 itu hal biasa, bisa terjadi tiga sampai lima kali sehari. Kalau ukuran posisimu salah, pergerakan sekecil itu sudah cukup untuk menghapus seperlima akun kecil.

Trading bukan investasi

Dua kata ini sering dipakai bergantian dan itu menyesatkan.

	Investasi	Trading
Jangka waktu	Tahun	Menit sampai hari
Sumber keuntungan	Pertumbuhan nilai aset	Selisih pergerakan harga
Yang dibutuhkan	Kesabaran, modal, waktu	Keterampilan, aturan, pengendalian diri
Kalau kamu diam saja	Umumnya tetap tumbuh	Tidak terjadi apa-apa
Bisa rugi karena salah ukuran	Jarang	Sering, dan cepat

Trading adalah keterampilan, bukan produk keuangan. Sama seperti keterampilan lain, ada masa belajar yang tidak menghasilkan uang. Siapa pun yang menawarkan jalan pintas dari masa itu sedang menjual sesuatu.

POIN KUNCI

- Harga di layar bukan nilai yang benar, hanya catatan transaksi terakhir antara dua pihak yang tidak sepakat.
- **XAUUSD** berarti berapa dolar untuk satu ons emas. Ia bergerak karena emas, karena dolar, atau keduanya.
- Kamu tidak membeli emas. Kamu membuat kesepakatan atas selisih harga, dan itu sebabnya kamu bisa untung dari arah turun juga.
- Porsimu di pasar sekitar 5–6%. Tugasmu bukan menebak tepat, tapi mengatur ukuran posisi supaya tebakan yang salah tidak mahal.
- Emas bergerak \$15–\$40 per hari. Itu yang membuatnya menarik, dan itu yang membuatnya menghukum kesalahan ukuran dengan cepat.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menjelaskan arti **XAUUSD** dengan kata-kata sendiri
- ☐ Saya paham bahwa saya tidak memiliki emas apa pun saat membuka posisi
- ☐ Saya paham bahwa **sell** bisa menghasilkan untung saat harga turun
- ☐ Saya tahu broker mendapat uang dari spread
- ☐ Saya menerima bahwa saya tidak akan menggerakkan pasar

LATIHAN

Latihan 1 — Terjemahkan ke bahasa sendiri Tulis dengan tanganmu, bukan diketik, jawaban dari tiga pertanyaan ini. Menulis tangan memaksa otak merumuskan, bukan sekadar mengenali.

1. Kalau seorang teman bertanya "XAUUSD itu apa?", apa jawabanmu dalam dua kalimat tanpa memakai istilah asing?
2. Apa bedanya kamu membuka posisi **buy** XAUUSD dengan kamu membeli gelang emas di toko?
3. Kenapa emas yang bergerak \$15–\$40 sehari bisa lebih berbahaya daripada aset yang bergerak \$2 sehari?

Latihan 2 — Cek niat Jawab jujur, hanya untuk dirimu sendiri:

Kenapa saya ingin trading?

Berapa uang yang saya harap dihasilkan per bulan?

\$ _____

Berapa lama saya bersedia belajar tanpa menghasilkan apa pun?
_____ bulan

Simpan jawaban ini. Di BAGIAN 0 Bab 2 kamu akan membandingkannya dengan angka yang realistis, dan kebanyakan orang mendapati jarak antara keduanya sangat lebar. Lebih baik mengetahuinya sekarang daripada setelah kehilangan uang.

BAB 0.2

UANG, RISIKO, DAN EKSPEKTASI REALISTIS

Pengantar

Bab ini ditempatkan di depan, sebelum kamu tahu cara memasang order, dan itu disengaja. Alasan paling umum akun pemula habis bukan analisis yang buruk, tapi harapan yang tidak masuk akal. Harapan yang salah membuat orang mengambil ukuran posisi yang salah, dan ukuran posisi yang salah adalah pembunuhnya.

Matematika kerugian tidak simetris

Ini satu-satunya perhitungan yang harus kamu hafal sebelum menyentuh platform.

Kalau akunmu turun 50%, kamu **tidak** butuh naik 50% untuk pulih. Kamu butuh naik 100%.

Akun turun	Kenaikan yang dibutuhkan untuk kembali ke titik awal
10%	11%
20%	25%
30%	43%
50%	100%
70%	233%
90%	900%

Buktinya sederhana. Akun \$1.000 turun 50% menjadi \$500. Untuk kembali ke \$1.000, kamu harus menambah \$500 dari basis \$500, dan itu artinya 100%.

Perhatikan bentuk tabel ini. Kolom kanan naik jauh lebih cepat daripada kolom kiri. Sampai kerugian 20%, pemulihannya masih sebanding. Setelah 50%, jaraknya melebar tajam. Setelah 70%, secara praktis akun itu sudah selesai — bukan karena tidak mungkin naik 233%, tapi karena orang yang baru saja rugi 70% hampir selalu mengambil risiko lebih besar untuk mengejar, dan itu mempercepat kehancuran.

Dari tabel ini lahir seluruh aturan risiko di buku ini. Bukan dari kesopanan atau kehati-hatian yang mengambang, tapi dari bentuk kurva itu: **kerugian besar tidak sebanding dengan pemulihannya, jadi kerugian besar harus dicegah, bukan diobati.**

Berapa yang realistis

Tidak ada yang bisa menjanjikan angka pasti. Tapi ada rentang yang bisa dipertanggungjawabkan dan ada rentang yang jelas mengada-ada.

Klaim	Penilaian
5–10% per bulan, konsisten selama bertahun-tahun	Sangat baik. Ini level pengelola dana profesional
2–5% per bulan setelah 1–2 tahun belajar	Realistis untuk trader perorangan yang disiplin
Bulan pertama sampai keenam: sekitar nol atau minus	Normal. Ini masa belajar
20% per bulan	Mungkin sesekali, tidak mungkin berulang. Yang mampu 20% sebulan berulang akan menjadi salah satu orang terkaya di dunia dalam sepuluh tahun
10% per hari	Tidak ada. Ini penipuan
"Untung konsisten tanpa rugi"	Tidak ada. Semua sistem punya transaksi rugi

Sekarang ambil jawaban Latihan 1.2. Kalau di sana kamu menulis target bulanan yang besar dengan modal kecil, jaraknya perlu ditutup sekarang. Contoh yang sering muncul: modal \$100, target \$1.000 per bulan. Itu 1.000% per bulan. Tidak ada di dunia ini yang melakukannya berulang.

Ini bukan untuk mematahkan semangat. Ini karena target yang tidak masuk akal memaksa ukuran posisi yang tidak masuk akal, dan itu berakhir di satu tempat.

Modal itu bahan bakar, bukan hasil

Kesalahan berpikir yang umum: menganggap modal kecil bisa diakali dengan keberanian. Yang terjadi sebaliknya — modal kecil membutuhkan **lebih** banyak kehati-hatian, karena tidak punya bantalan untuk menyerap rangkaian kerugian yang normal.

Rangkaian lima kerugian berturut-turut itu hal biasa, bahkan untuk sistem yang bagus. Dengan risiko 2% per transaksi, lima kerugian berturut berarti akun turun sekitar 10%. Masih bisa dipulihkan. Dengan risiko 20% per transaksi, lima kerugian berturut menghapus dua pertiga akun, dan menurut tabel di atas itu butuh kenaikan 200% untuk pulih.

Perbedaannya bukan keberuntungan. Perbedaannya satu keputusan: berapa persen yang dipertaruhkan tiap kali.

Uang yang boleh dipakai

Aturannya satu baris: **uang yang kalau hilang sepenuhnya, hidupmu tidak berubah.**

Bukan uang sekolah anak. Bukan uang kontrakan. Bukan uang pinjaman, dalam bentuk apa pun, termasuk pinjaman online, kartu kredit, atau berhutang ke keluarga.

Alasannya bukan moral, tapi teknis. Uang yang kamu takut kehilangan membuatmu mengambil keputusan yang lebih buruk. Kamu akan menutup posisi yang benar terlalu cepat karena panik, dan

menahan posisi yang salah terlalu lama karena tidak sanggup menerima kerugiannya. Tekanan itu mengubah cara berpikir, dan pasar menagihnya.

Kalau saat ini kamu tidak punya uang yang memenuhi syarat itu, tetap lanjutkan membaca dan berlatih di akun demo — akun latihan dengan uang mainan yang dijelaskan di Bab 11.

Keterampilannya tetap terbentuk dan tidak ada yang hilang.

Empat kebenaran yang tidak menyenangkan

Lebih baik dibaca sekarang daripada ditemukan sendiri dengan biaya mahal.

1. **Mayoritas pemula kehilangan modal awalnya.** Bukan sebagian kecil. Mayoritas. Kamu tidak otomatis jadi pengecualian karena rajin membaca.
2. **Enam bulan pertama umumnya tidak menghasilkan uang.** Yang dihasilkan adalah kebiasaan. Kalau kamu menuntut uang dari bulan pertama, kamu akan memaksa dan kalah.
3. **Transaksi rugi tidak bisa dihilangkan.** Sistem yang benar 60% dari waktu sudah sangat baik. Artinya empat dari sepuluh transaksi rugi, dan itu bukan tanda ada yang rusak.
4. **Tidak ada yang bisa memberitahu arah harga besok.** Termasuk buku ini, termasuk siapa pun yang menjual sinyal. Yang bisa dilakukan hanya mengenali situasi dengan peluang sedikit lebih baik, lalu mengelola ukurannya.

Yang buku ini janjikan dan tidak janjikan

Tidak dijanjikan: angka keuntungan, kecepatan, kepastian, sistem yang selalu benar.

Dijanjikan: setelah Bagian 0 selesai kamu akan mengerti apa yang kamu lihat di layar dan bisa membuka posisi di akun latihan tanpa menebak-nebak. Setelah Bagian 3 selesai kamu akan bisa menghitung ukuran posisi yang membuat satu kesalahan tidak pernah menghancurkan akun. Dan setelah Bagian 9 kamu akan punya catatan yang menunjukkan apakah caramu berhasil atau tidak, sehingga kamu tidak lagi bergantung pada perasaan.

POIN KUNCI

- Kerugian dan pemulihan tidak simetris. Turun 50% butuh naik 100%. Ini akar dari semua aturan risiko di buku ini.
- 2–5% per bulan setelah setahun belajar itu realistis. 10% per hari itu penipuan.
- Modal kecil butuh lebih banyak kehati-hatian, bukan lebih sedikit, karena tidak punya bantalan untuk rangkaian kerugian yang normal.
- Pakai hanya uang yang kehilangannya tidak mengubah hidupmu — bukan karena moral, tapi karena uang yang ditakuti merusak keputusan.
- Empat dari sepuluh transaksi rugi adalah normal, bukan tanda kerusakan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya hafal bahwa turun 50% butuh naik 100% untuk pulih
- ☐ Target bulanan saya sudah saya sesuaikan ke angka yang realistis
- ☐ Uang yang saya siapkan tidak akan mengubah hidup saya kalau hilang
- ☐ Saya tidak memakai uang pinjaman dalam bentuk apa pun
- ☐ Saya menerima bahwa enam bulan pertama mungkin tidak menghasilkan uang

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung pemulihanmu sendiri Isi dengan modal yang kamu rencanakan:

Modal rencana saya: \$_____

Kalau rugi 20% → sisa \$_____ → perlu naik _____% untuk pulih

Kalau rugi 50% → sisa \$_____ → perlu naik _____% untuk pulih

Kalau rugi 80% → sisa \$_____ → perlu naik _____% untuk pulih

Rumus kolom terakhir: $(\text{modal awal} \div \text{sisa} - 1) \times 100$.

Latihan 2 — Perbaiki target

Target lama saya (dari Latihan 1.2): \$_____ per bulan

Itu setara _____% dari modal saya

Target baru, memakai 3% per bulan: \$_____ per bulan

Kalau angka baru terasa terlalu kecil untuk dikejar, itu informasi berharga: artinya modalmu belum sepadan dengan harapanmu. Dua pilihan yang jujur adalah menambah modal secara bertahap dari penghasilan lain, atau menurunkan harapan. Pilihan ketiga — memperbesar risiko — adalah yang membuat mayoritas orang kehilangan modalnya.

Latihan 3 — Kontrak dengan diri sendiri Tulis tangan, tanda tangani, tempel di tempat yang terlihat saat kamu trading:

Saya, _____, menyetujui bahwa:

1. Modal trading saya \$_____ adalah uang yang saya siap kehilangan
2. Saya tidak akan menambah modal dari pinjaman
3. Saya tidak akan mempertaruhkan lebih dari _____% akun per transaksi
4. Kalau saya rugi _____% dalam sehari, saya berhenti hari itu
5. Enam bulan pertama saya adalah masa belajar, bukan masa mencari uang

Tanggal: _____ Tanda tangan: _____

Angka untuk poin 3 dan 4 akan kamu tetapkan di Bagian 3. Kosongkan dulu, dan kembali ke halaman ini setelah membacanya.

BAB 0.3

BAHASA UKURAN: ONS, LOT, DAN PERGERAKAN DOLAR

Pengantar

Bab ini adalah bab terpenting di Bagian 0, dan mungkin di seluruh buku. Kalau kamu hanya sempat membaca satu bab sebelum mulai, baca yang ini. Isinya cara mengubah pergerakan harga menjadi rupiah atau dolar yang nyata di akunmu.

Tanpa ini, kamu bisa membuka posisi yang menurutmu berisiko satu dolar padahal sebenarnya berisiko seratus. Ini bukan kemungkinan teoretis — kesalahan sepuluh kali lipat semacam itu adalah cara paling umum akun pemula habis.

Satu baris yang mendasari semuanya

Emas ditimbang dalam **troy ounce**, satuan khusus logam mulia yang setara sekitar 31,1 gram. Di layar, harga XAUUSD selalu berarti harga untuk satu troy ounce. Selanjutnya kita sebut saja "ons".

Ukuran transaksi standar di pasar ini disebut **lot**. Dan inilah satu baris yang perlu kamu hafal:

$$1,00 \text{ lot XAUUSD} = 100 \text{ ons emas}$$

Dari satu baris itu, semua perhitungan uang di buku ini bisa diturunkan sendiri tanpa menghafal tabel apa pun. Kalau harga bergerak \$1,00 per ons, dan kamu memegang 100 ons, maka yang berpindah adalah $100 \times \$1,00 = \$100$.

$$\text{Untung atau Rugi (\$)} = \text{ukuran lot} \times 100 \times \text{pergerakan harga (\$)}$$

Tabel yang perlu kamu lihat sekali dan pahami

Harga bergerak	0.01 lot	0.05 lot	0.10 lot	0.50 lot	1.00 lot
\$0,10	\$0,10	\$0,50	\$1	\$5	\$10
\$0,50	\$0,50	\$2,50	\$5	\$25	\$50
\$1,00	\$1	\$5	\$10	\$50	\$100
\$5,00	\$5	\$25	\$50	\$250	\$500
\$10,00	\$10	\$50	\$100	\$500	\$1.000

Ukuran terkecil yang biasanya diizinkan broker adalah **0.01 lot**, yaitu 1 ons. Kenaikannya juga per 0,01. Jadi kamu bisa memilih 0.01, 0.02, 0.03, dan seterusnya, tapi tidak bisa 0.015.

Sekarang lihat kolom pertama tabel itu. Ada pola yang sangat berguna.

Jangkar yang membuatmu tidak perlu kalkulator

Di 0.01 lot, kerugianmu dalam dolar sama dengan jarak stop loss dalam dolar.

Kalau kamu memasang batas kerugian sejauh \$3,00 dari harga masuk dan ukuranmu 0.01 lot, kerugianmu \$3. Selalu. Karena 0,01 lot adalah 1 ons, dan 1 ons yang bergerak \$3 memindahkan \$3.

Ini titik jangkar. Semua ukuran lain adalah kelipatannya:

Ukuran	Pengali dari jangkar 0.01 lot
0.01 lot	1×
0.05 lot	5×
0.10 lot	10×
1.00 lot	100×

Jadi jarak stop loss \$3,00 dengan ukuran 0.10 lot berarti kerugian \$30. Dengan 1.00 lot berarti \$300. Tidak perlu rumus, cukup kalikan.

Kenapa buku ini tidak memakai kata "pip"

Kamu akan sering menemui kata **pip** di internet, di grup, dan di buku lain. Masalahnya, untuk emas kata itu punya dua arti yang berbeda, dan selisihnya sepuluh kali lipat:

- Sebagian broker dan penulis menyebut pergerakan **\$0,01** sebagai satu pip.
- Sebagian lain menyebut pergerakan **\$0,10** sebagai satu pip.

Akibatnya, kalimat "pasang stop loss 100 pip" bisa berarti \$1,00 atau \$10,00 tergantung siapa yang menulisnya. Untuk pemula, ini bukan ketidaknyamanan kecil — ini cara langsung menuju posisi sepuluh kali lipat lebih besar daripada yang dimaksud.

Karena itu di seluruh buku ini kita memakai **pergerakan dolar**, yang tidak punya dua arti. "Stop loss \$3,00" hanya bisa berarti satu hal. Kalau kamu menemui angka pip di sumber lain, konversikan dulu dengan mengecek spesifikasi kontrak di brokermu, dan jangan pernah menebak.

Penjelasan lengkap istilah ini ada di Glosarium.

Spread: biaya yang sudah menempel sebelum kamu bergerak

Di platform kamu akan melihat dua harga, bukan satu:

Harga	Arti
Bid	Harga saat kamu menjual

AskHarga saat kamu **membeli**

Ask selalu sedikit lebih tinggi dari bid. Selisihnya disebut **spread**, dan itu cara broker mendapat penghasilan. Untuk emas, spread yang wajar berkisar **\$0,15 sampai \$0,30** di jam-jam aktif. Di luar jam aktif bisa \$0,50 atau lebih, dan saat rilis data ekonomi penting bisa melompat ke \$1,00–\$5,00 untuk beberapa detik.

Konsekuensi praktisnya: **setiap posisi dimulai dalam keadaan merugi sebesar spread**. Kalau kamu membeli lalu langsung menutup, kamu rugi sebesar spread.

Ini sebabnya target yang terlalu kecil tidak masuk akal. Kalau spread \$0,25 dan targetmu \$0,50, seperempat dari pergerakan yang kamu incar sudah habis sebagai biaya sebelum kamu mulai.

Menghitung ukuran posisi, versi pendek

Rumus lengkapnya dibahas tuntas di Bagian 3. Tapi kamu sudah bisa memakainya sekarang, karena hanya ada satu:

$$\text{Ukuran lot} = \text{Risiko dalam dolar} \div (\text{Jarak stop loss dalam dolar} \times 100)$$

Contoh yang akan sering muncul di buku ini:

```
Modal $500
Risiko yang diizinkan 2% = $10
Jarak stop loss $3,00

Ukuran lot = $10 ÷ ($3,00 × 100)
            = $10 ÷ $300
            = 0,033 → dibulatkan ke bawah menjadi 0.03 lot

Cek ulang: 0,03 × 100 × $3,00 = $9
$9 lebih kecil dari batas $10. Aman.
```

Dua kebiasaan yang perlu kamu bawa seumur hidup dari contoh itu:

1. **Selalu bulatkan ke bawah**. 0,033 menjadi 0.03, bukan 0.04. Bulatan ke bawah berarti risiko sedikit lebih kecil dari batas.
2. **Selalu tulis baris "cek ulang"**. Kalikan kembali lot yang kamu pilih untuk membuktikan risikonya di bawah batas. Kebiasaan ini yang menangkap kesalahan sepuluh kali lipat sebelum uangnya hilang.

Kalau hasilnya di bawah 0.01

Kadang rumus memberi hasil seperti 0,004. Karena broker tidak menerima ukuran di bawah 0,01, artinya **setup itu tidak boleh diambil dengan modal tersebut**.

Yang benar dilakukan: lewati peluang itu, atau cari setup dengan jarak stop loss yang lebih pendek jika strateginya masih sah.

Yang salah dilakukan, dan sering dianggap masuk akal: memaksa 0,01 lot dan menerima risiko yang lebih besar dari batas. Ini keputusan yang perlahan mengubah risiko 2% menjadi 8% tanpa disadari.

Tabel modal minimum di Bagian 3 menunjukkan dengan tepat kombinasi modal dan jarak stop loss mana yang memang tidak mungkin.

Cara menulis angka di buku ini

Supaya tidak ada kebingungan saat kamu membandingkan dengan layar platform:

Jenis	Cara tulis	Contoh
Uang dan jarak harga	Titik untuk ribuan, koma untuk sen	\$1.250, \$3,00
Ukuran lot	Dua desimal dengan titik	0.03, 1.00
Harga emas	Titik untuk ribuan	2.050,00

Ukuran lot sengaja dibedakan karena begitulah bentuknya di MT4 dan MT5. Kamu harus mengenalinya persis seperti yang muncul di layar.

POIN KUNCI

- 1,00 lot XAUUSD = 100 ons . Seluruh perhitungan uang di buku ini turun dari baris ini.
- Untung/Rugi = lot × 100 × pergerakan harga .
- Jangkar yang perlu dihafal: **di 0.01 lot, kerugian dalam dolar sama dengan jarak stop loss dalam dolar.**
- Buku ini tidak memakai kata "pip" karena untuk emas artinya bisa \$0,01 atau \$0,10 — selisih sepuluh kali lipat.
- Setiap posisi mulai dalam keadaan rugi sebesar spread, yang wajarnya \$0,15–\$0,30 untuk emas.
- Lot = Risiko(\$) ÷ (Jarak SL(\$) × 100) , selalu dibulatkan ke bawah, selalu diakhiri baris cek ulang.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya hafal 1,00 lot = 100 ons
- ☐ Saya bisa menghitung untung/rugi tanpa melihat tabel
- ☐ Saya hafal jangkar 0.01 lot
- ☐ Saya paham kenapa kata "pip" dihindari di buku ini
- ☐ Saya tahu spread membuat posisi saya mulai dari keadaan merugi
- ☐ Saya selalu membulatkan lot ke bawah dan menulis baris cek ulang

LATIHAN

Latihan 1 — Ubah pergerakan menjadi uang Kerjakan tanpa melihat tabel. Rumusnya $\text{lot} \times 100 \times \text{pergerakan}$.

1. 0.02 lot, harga bergerak naik \$1,50. Untung = \$_____
2. 0.10 lot, harga bergerak turun \$2,00 sementara kamu buy. Rugi = \$_____
3. 0.05 lot, harga bergerak \$4,00 sesuai arahmu. Untung = \$_____
4. 1.00 lot, harga bergerak melawanmu \$0,80. Rugi = \$_____
5. 0.01 lot, harga bergerak \$12,00 sesuai arahmu. Untung = \$_____

Kunci: 1) \$3 2) \$20 3) \$20 4) \$80 5) \$12

Latihan 2 — Hitung ukuran posisi Pakai $\text{Lot} = \text{Risiko} \div (\text{Jarak SL} \times 100)$, bulatkan ke bawah, lalu buktikan dengan baris cek ulang.

1. Modal \$200, risiko 2%, jarak SL \$1,00
Risiko \$_____ → Lot _____ → Cek ulang: \$_____
2. Modal \$1.000, risiko 1%, jarak SL \$2,00
Risiko \$_____ → Lot _____ → Cek ulang: \$_____
3. Modal \$500, risiko 2%, jarak SL \$5,00
Risiko \$_____ → Lot _____ → Cek ulang: \$_____
4. Modal \$100, risiko 1%, jarak SL \$3,00
Risiko \$_____ → Lot _____ → Cek ulang: \$_____

Kunci: 1) \$4 → 0.04 → \$4 2) \$10 → 0.05 → \$10 3) \$10 → 0.02 → \$10 4) \$1 → di bawah 0,01, **setup ini tidak boleh diambil** Soal nomor 4 bukan salah cetak. Itu contoh nyata bahwa modal \$100 tidak sanggup memasang stop loss \$3,00 pada risiko 1%. Jawaban yang benar adalah melewatinya.

Latihan 3 — Kartu jangkar Tulis di kartu kecil, simpan di dekat layar:

1,00 lot = 100 ons
 Untung/Rugi = $\text{lot} \times 100 \times \text{pergerakan}(\$)$
 Di 0.01 lot: $\text{rugi}(\$) = \text{jarak SL}(\$)$
 0.05 lot = 5× 0.10 lot = 10× 1.00 lot = 100×
 $\text{Lot} = \text{Risiko}(\$) \div (\text{Jarak SL}(\$) \times 100)$ → bulatkan KE BAWAH
 Selalu cek ulang: $\text{lot} \times 100 \times \text{SL}(\$) = \text{_____}$

BAB 0.4

BUKA AKUN BROKER: REGULASI, VERIFIKASI, DEPOSIT & WITHDRAW

Pengantar

Broker adalah tempat uangmu dititipkan. Banyak pemula kehilangan modal bukan karena analisis yang salah, tapi karena menitipkannya di tempat yang tidak mengembalikannya. Bab ini membahas urutan yang benar: pilih dulu, verifikasi, baru setor — dan setor dalam jumlah kecil sebagai uji coba.

Apa yang broker sebenarnya lakukan

Broker menyediakan tiga hal: platform untuk melihat harga dan memasang pesanan, kutipan harga, dan eksekusi pesananmu. Sebagai imbalan mereka mengambil spread — selisih harga beli dan jual yang sudah kamu kenal dari BAGIAN 0 Bab 3 — dan kadang komisi per transaksi.

Satu hal yang perlu kamu pahami sejak awal: pada banyak broker ritel, **posisimu tidak selalu diteruskan ke pasar luar**. Broker bisa menjadi lawan transaksimu sendiri. Model ini legal dan umum, tapi menimbulkan benturan kepentingan: kalau kamu rugi, broker untung. Itulah alasan regulasi menjadi penting, bukan sekadar formalitas.

Regulasi: satu-satunya penyaring yang tidak bisa dikompromikan

Regulator adalah lembaga pemerintah yang mengawasi broker, mewajibkan pemisahan dana klien dari dana perusahaan, dan menyediakan jalur pengaduan.

Regulator	Wilayah	Catatan
BAPPEBTI	Indonesia	Satu-satunya yang punya kekuatan hukum langsung untuk warga Indonesia
FCA	Inggris	Ketat, dana klien terpisah, ada skema kompensasi
ASIC	Australia	Ketat, banyak dipakai broker yang melayani Asia
CySEC	Siprus / Uni Eropa	Menengah, banyak broker ritel terdaftar di sini
FSCA	Afrika Selatan	Ada, tapi perlindungannya lebih lemah

Cara mengecek, dan ini wajib dilakukan sendiri: buka situs regulator, cari nomor lisensi yang diklaim broker di daftar resmi mereka. Jangan cukup melihat logo regulator di situs broker — logo bisa ditempel siapa pun. Kalau nomor lisensinya tidak muncul di daftar resmi, anggap broker itu tidak berlisensi.

Satu catatan tambahan yang sering diabaikan: sebuah grup broker bisa punya beberapa entitas. Entitas yang berlisensi FCA mungkin hanya melayani warga Inggris, sementara klien Indonesia dialihkan ke entitas lain di yurisdiksi dengan pengawasan jauh lebih lemah. Periksa entitas mana yang benar-benar menaungi akunmu; informasi ini ada di perjanjian klien.

Tampilan halaman pencarian berbeda di tiap regulator, tapi isinya selalu sama: satu kolom untuk mengetik nama perusahaan atau nomor lisensi, lalu satu halaman hasil yang memuat nama resmi entitasnya, nomor lisensinya, status izinnya, dan daftar kegiatan yang diizinkan. Tiga hal itulah yang kamu periksa — nomornya sama persis dengan yang diklaim broker, izinnya masih berlaku (bukan *withdrawn*, *lapsed*, atau *suspended*), dan nama entitasnya sama dengan nama di perjanjian klien yang akan kamu tanda tangani. Kalau pencarianmu tidak menghasilkan apa pun, itu sudah jawabannya.

Tanda bahaya

Kalau kamu menemukan salah satu dari ini, berhenti di situ:

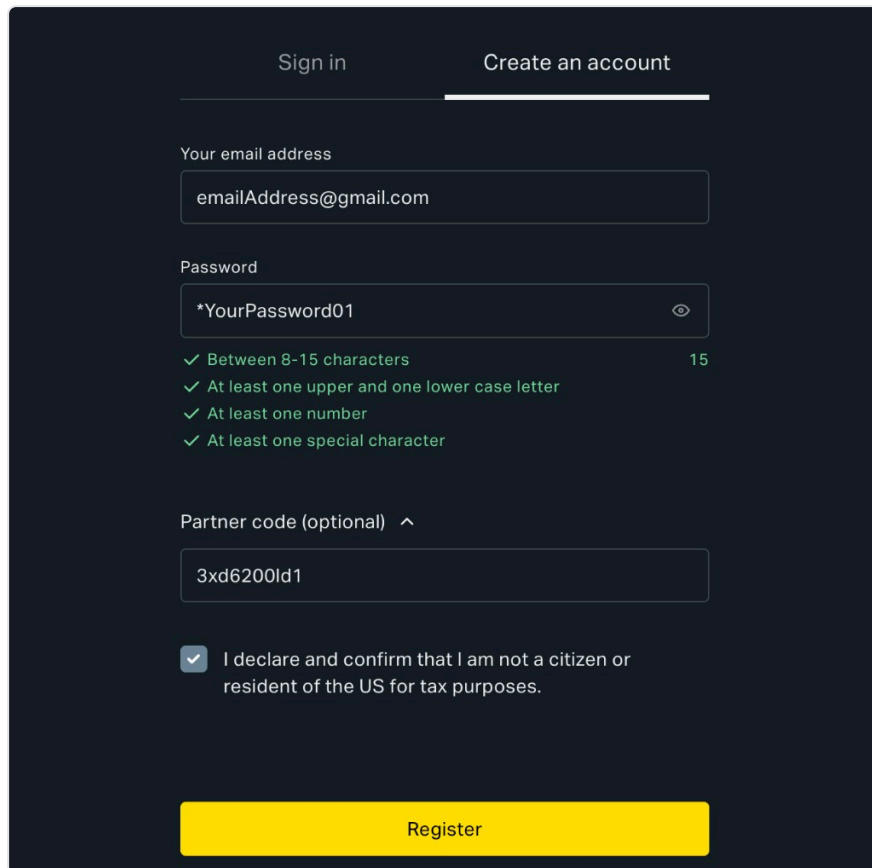
- **Bonus setoran besar** (50%, 100%, 200%). Uang gratis tidak ada. Bonus semacam ini hampir selalu terikat syarat volume transaksi yang membuat penarikan dana praktis tidak mungkin.
- **Nomor lisensi tidak ditemukan** di daftar resmi regulator.
- **Janji keuntungan** dalam bentuk apa pun, termasuk "untung harian terjamin" atau skema titip dana yang dikelola orang lain.
- **Keluhan penarikan dana** yang berpola sama di banyak tempat, terutama pola "akun ditangguhkan untuk verifikasi setelah untung".
- **Hanya menerima setoran** lewat kripto ke dompet pribadi, atau transfer ke rekening atas nama orang, bukan perusahaan.
- **Tidak ada akun demo.** Broker yang serius selalu menyediakannya.
- **Tekanan waktu** dari orang yang menghubungimu: "promo hari ini saja".

Kriteria yang layak

- Lisensi terverifikasi di daftar resmi, dan entitasnya benar untuk wilayahmu
- Beroperasi minimal 5 tahun
- Spread emas wajar, **\$0,15–\$0,30** di jam aktif
- Menyediakan akun demo tanpa batas waktu
- Ukuran transaksi minimum 0,01 lot
- Riwayat penarikan dana yang lancar menurut ulasan dari beberapa sumber berbeda
- Layanan bantuan yang bisa dihubungi dan menjawab sebelum kamu jadi klien. Ujilah dengan mengirim satu pertanyaan teknis sebelum menyeter apa pun.

Urutan pendaftaran

Langkah 1 — Daftar. Isi nama sesuai identitas resmi, email aktif, nomor telepon. Nama harus sama persis dengan dokumen identitas; ketidaksesuaian satu huruf adalah penyebab paling umum penarikan dana tertahan.



The image shows a registration form for Mantra Forex. At the top, there are two tabs: "Sign in" and "Create an account", with "Create an account" being the active tab. The form fields are as follows:

- Your email address:** A text input field containing "emailAddress@gmail.com".
- Password:** A text input field containing "*YourPassword01". To the right of the field is an eye icon for toggling visibility. Below the field are four green checkmarks indicating password requirements: "Between 8-15 characters" (with a "15" character count), "At least one upper and one lower case letter", "At least one number", and "At least one special character".
- Partner code (optional):** A text input field containing "3xd6200ld1".
- Declaration:** A checkbox that is checked, followed by the text "I declare and confirm that I am not a citizen or resident of the US for tax purposes."

At the bottom of the form is a large yellow button labeled "Register".

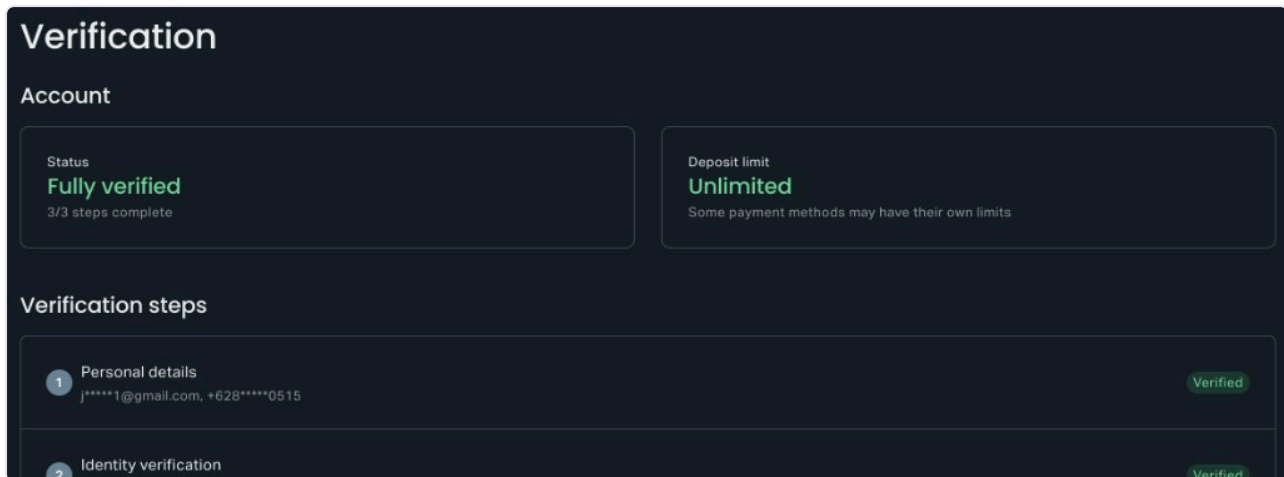
Gambar 1 — Formulir pendaftaran. Kata sandi biasanya harus memenuhi beberapa syarat sekaligus, dan tiap syarat yang sudah terpenuhi ditandai. Kolom kode rujukan boleh dikosongkan — mengisinya tidak memberimu keuntungan apa pun.

Langkah 2 — Verifikasi email dan telepon. Klik tautan yang dikirim, masukkan kode dari SMS.

Langkah 3 — Verifikasi identitas (KYC). Singkatan dari *know your customer*. Broker berlisensi wajib melakukan ini. Biasanya diminta:

- Foto KTP atau paspor, empat sisi terlihat, tidak terpotong, tidak buram
- Bukti alamat berusia maksimal 3 bulan: tagihan listrik, air, internet, atau rekening koran bank yang memuat namamu dan alamatmu
- Kadang foto selfie sambil memegang identitas

Selesaikan tahap ini **sebelum** menyetor uang. Alasannya praktis: kalau ada masalah dokumen, kamu ingin mengetahuinya saat belum ada uangmu di sana.



Gambar 2 — Halaman verifikasi di area klien. Tiga tahapnya didaftar berurutan dengan statusnya masing-masing, dan baru setelah ketiganya lulus batas setoran terbuka penuh. Inilah tampilan yang kamu tunggu sebelum menyetor uang.

Langkah 4 — Buat akun trading. Setelah terverifikasi, kamu membuat akun trading di dalam area klien. Beberapa pilihan akan muncul:

Pilihan	Yang dipilih pemula	Alasan
Jenis akun	Standard	Cent atau raw spread bisa nanti
Platform	MT5 kalau tersedia, MT4 kalau tidak	MT5 lebih baru; keduanya sama-sama layak
Mata uang	USD	Semua perhitungan di buku ini dalam dolar
Leverage	1:100 atau lebih rendah	Penjelasannya di BAGIAN 0 Bab 10
Jenis	Demo dulu	Wajib

Tentang leverage: platform akan menawarkan angka besar seperti 1:500 atau 1:1000, sering dengan nada seolah semakin besar semakin baik. Pilih yang rendah. BAGIAN 0 Bab 10 menjelaskan kenapa angka besar itu justru memperbesar kemungkinan akunmu habis, bukan memperbesar keuntunganmu.

Langkah 5 — Catat data akun. Kamu akan menerima nomor akun (login), kata sandi, dan **nama server**. Ketiganya diperlukan untuk masuk ke platform.

```

Nomor akun   : _____
Kata sandi   : _____ (kata sandi trader, bukan investor)
Server       : _____ (contoh: BrokerName-Demo)
Jenis        : Demo / Real
  
```

Ada dua jenis kata sandi. **Trader** bisa membuka posisi. **Investor** hanya bisa melihat. Untuk trading, pakai yang trader.

Setoran dan penarikan

Aturan yang membuat banyak orang selamat: dana masuk dan keluar harus lewat jalur yang sama. Setor lewat transfer bank, tarik lewat transfer bank ke rekening atas namamu sendiri. Ini aturan pencegahan pencucian uang yang berlaku di broker berlisensi, dan menolaknya adalah tanda bahaya.

Sebelum menyetor jumlah yang berarti, lakukan **uji penarikan**:

1. Setor jumlah kecil, misalnya \$50
2. Tunggu dananya masuk ke akun trading
3. Segera ajukan penarikan sebagian, misalnya \$20, tanpa melakukan transaksi
4. Catat berapa lama sampai uangnya benar-benar kembali ke rekeningmu

Broker yang layak memproses ini dalam 1–3 hari kerja. Kalau tahap ini bermasalah — ditunda, diminta syarat baru, atau dibujuk untuk tidak menarik — kamu baru kehilangan sedikit, bukan seluruh tabunganmu. Uji ini jauh lebih meyakinkan daripada ulasan mana pun di internet.

Hal yang perlu kamu ketahui soal biaya: penarikan bisa dikenakan biaya administrasi dan biaya konversi mata uang. Tanyakan sebelum menyetor, dan hitung ke dalam rencanamu.

POIN KUNCI

- Broker bisa menjadi lawan transaksimu, jadi regulasi bukan formalitas.
- Verifikasi nomor lisensi di situs regulator, dan pastikan entitas yang menaungi akunmu benar untuk wilayahmu.
- Bonus setoran besar hampir selalu mengunci dana lewat syarat volume.
- Selesaikan verifikasi identitas sebelum menyetor uang.
- Pilih leverage rendah meski ditawarkan yang tinggi.
- Uji penarikan dengan jumlah kecil sebelum menyetor jumlah yang berarti.

CHECKLIST BAB

- ☐ Nomor lisensi broker saya sudah saya temukan di situs resmi regulator
- ☐ Entitas yang menaungi akun saya sesuai untuk wilayah saya
- ☐ Nama saya di broker sama persis dengan identitas resmi
- ☐ Verifikasi identitas saya sudah berstatus selesai
- ☐ Saya memilih leverage 1:100 atau lebih rendah
- ☐ Saya sudah mencatat nomor akun, kata sandi trader, dan nama server
- ☐ Saya sudah melakukan uji penarikan dengan jumlah kecil

LATIHAN**Latihan 1 — Audit broker**

Nama broker : _____
Regulator yang diklaim : _____
Nomor lisensi : _____
Ditemukan di situs resmi regulator? Ya / Tidak
Entitas untuk klien Indonesia : _____
Tahun mulai beroperasi : _____
Spread emas jam aktif : \$ _____
Menyediakan akun demo? Ya / Tidak
Lot minimum : _____

Kalau ada satu saja "Tidak" pada dua baris pertanyaan, cari broker lain.

Latihan 2 — Catat uji penarikan

Tanggal setor : _____ Jumlah: \$ _____
Dana masuk : _____ (berapa jam?)
Tanggalajuan tarik: _____ Jumlah: \$ _____
Dana kembali : _____ (berapa hari kerja?)
Ada syarat tambahan yang tidak disebut sebelumnya? Ya / Tidak

BAB 0.5

INSTALL DAN LOGIN MT4/MT5

Pengantar

MetaTrader adalah aplikasi yang paling banyak dipakai broker untuk trading. Ada dua versi yang masih beredar, MT4 dan MT5. Bab ini membawamu sampai bisa masuk dan melihat harga emas bergerak di layar sendiri.

Catatan tentang nama menu. Broker bisa mengganti nama aplikasi dan sedikit mengubah tampilannya, dan letak menu berbeda antar versi. Kalau nama yang disebut di sini tidak sama persis, cari yang paling mirip artinya. Urutan langkahnya tetap sama.

MT4 atau MT5

	MT4	MT5
Tahun rilis	2005	2010
Pilihan rentang waktu	9	21
Jumlah pesanan tertunda	Lebih sedikit	Lebih banyak
Untuk trading emas	Cukup	Cukup

Untuk apa pun yang dibahas di buku ini, keduanya sama-sama memadai. Pakai yang disediakan brokermu. Kalau keduanya tersedia, ambil MT5.

Memasang di komputer

Langkah 1. Unduh installer **dari area klien brokermu**, bukan dari hasil pencarian di internet. Installer MetaTrader palsu yang mengandung program pencuri kata sandi adalah masalah nyata dan umum.

Langkah 2. Jalankan installer, setuju persyaratan, tunggu sampai selesai. Untuk pengguna macOS, sebagian broker menyediakan versi khusus; kalau tidak ada, gunakan versi web atau aplikasi ponsel.

Langkah 3. Buka aplikasinya. Saat pertama dibuka, biasanya muncul jendela yang menawarkan pembukaan akun. Tutup saja jendela itu — kita akan masuk dengan akun yang sudah dibuat di Bab 4.



Gambar 3 — MetaTrader 5 setelah jendela penawaran akun ditutup. Daftar harga menempati kolom kiri atas, Navigator persis di bawahnya, dan grafik mengisi seluruh sisa jendela. Bab berikutnya menamai tiap bagiannya.

Langkah 4 — Masuk ke akun.

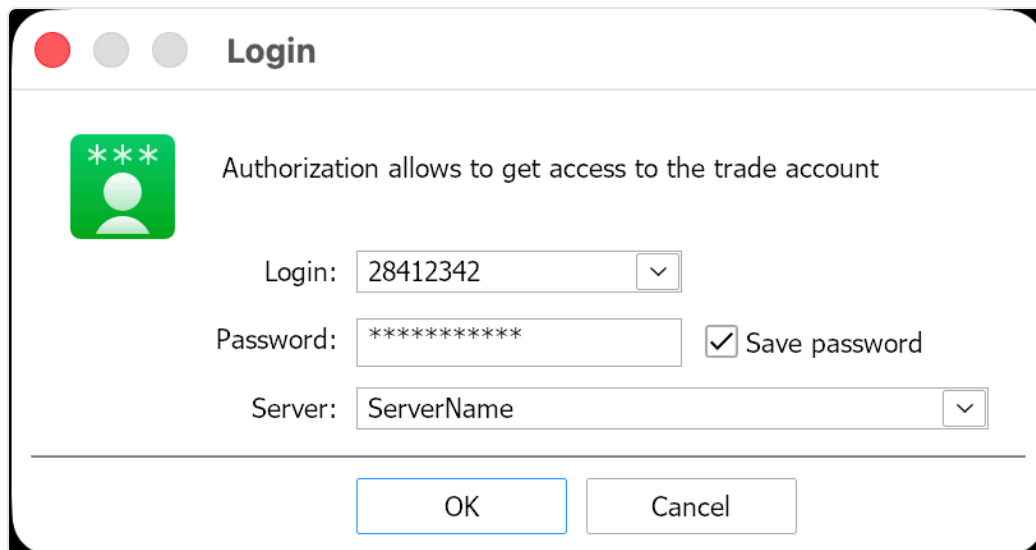
- Di MT4: menu **File** → **Login to Trade Account**
- Di MT5: menu **File** → **Login to Trade Account**

Isi tiga kolom dengan data yang kamu catat di BAGIAN 0 Bab 4:

```

Login    : nomor akun
Password : kata sandi trader
Server   : nama server, harus dipilih dari daftar
  
```

Kolom server adalah penyebab kegagalan paling umum. Nama servernya harus persis. Kalau server brokermu tidak muncul di daftar, artinya kamu memasang MetaTrader generik, bukan versi dari brokermu. Unduh ulang dari area klien.



Gambar 4 — Kotak dialog login dengan tiga kolomnya terisi. Nama server dipilih dari daftar, tidak diketik. Centang penyimpan kata sandi memudahkan pembukaan berikutnya, dan sebaiknya dikosongkan kalau komputernya dipakai bersama.

Langkah 5 — Pastikan tersambung. Lihat sudut kanan bawah jendela. Kalau tersambung, akan muncul angka kecepatan koneksi seperti `146/12 kb`. Kalau tertulis **No connection** atau **Invalid account**, periksa berurutan: nama server, kata sandi (pastikan trader, bukan investor), lalu koneksi internet.

Memasang di ponsel

Unduh **MetaTrader 4** atau **MetaTrader 5** dari App Store atau Google Play. Aplikasi resminya diterbitkan oleh MetaQuotes. Periksa nama penerbitnya, karena ada banyak aplikasi tiruan dengan ikon serupa.

Setelah dibuka:

1. Buka menu, pilih **Manage Accounts**, lalu ketuk tanda **+**
2. Pilih **Login to an existing account**
3. Cari nama brokermu di kolom pencarian
4. Pilih server yang benar, masukkan nomor akun dan kata sandi trader

Kalau berhasil, akunmu muncul sebagai satu baris di daftar **Manage Accounts**: nama brokermu menjadi judul kelompok, dan di bawahnya nomor akun beserta nama server. Baris yang sedang dipakai ditandai — pada sebagian versi dengan centang, pada versi lain dengan warna latar berbeda. Akun latihan diberi keterangan *demo* pada barisnya, jadi kamu bisa memastikan tidak sedang memakai akun berisi uang sungguhan. Kalau barisnya tidak muncul sama sekali, loginnya gagal, dan penyebabnya hampir selalu satu dari dua: server yang dipilih bukan server brokermu, atau kata sandi yang dimasukkan kata sandi investor.

Ponsel bagus untuk memantau posisi yang sudah terbuka. Untuk belajar membaca grafik dan berlatih, pakai komputer — layar kecil membuatmu kehilangan konteks, dan itu menghasilkan keputusan yang

lebih buruk.

Menemukan emas

Simbol emas tidak selalu bernama `XAUUSD`. Beberapa broker memakai `GOLD`, `XAUUSD.a`, `XAUUSDm`, atau `XAUUSD_`. Akhiran itu menandakan jenis akun.

Kalau simbolnya tidak terlihat di daftar harga:

- Di MT4: klik kanan di panel **Market Watch** → **Show All**
- Di MT5: klik kanan di **Market Watch** → **Symbols**, lalu cari "XAU" atau "gold", pilih, klik **Show**

Setelah muncul, klik dua kali simbolnya, atau tarik ke area kosong, untuk membuka grafiknya.

Market Watch			
Symbol	Bid	Ask	Daily Cha...
↗ BTCUSDC	63486.64	63496.64	1.04%
↗ XAUUSDC	4397.104	4397.364	0.61%
↘ ETHUSDC	1902.32	1903.32	1.54%
↗ BTCUSDTc	63491.64	63501.64	1.04%
↘ ETHBTCc	0.029958	0.029975	0.48%

Gambar 5 — Panel Market Watch dengan simbol emas terpilih — di broker ini namanya berakhiran huruf c. Harga Bid dan Ask berdampingan di dua kolom, dan selisih keduanya adalah spread yang kamu bayar. Angka harganya berbeda jauh dari contoh di buku ini karena diambil pada waktu lain; yang perlu kamu tiru caranya membaca, bukan angkanya.

Pengaturan pertama yang perlu diubah

Empat hal ini membuat layarmu jauh lebih mudah dibaca:

1. **Tampilkan harga Ask.** Secara bawaan grafik hanya menggambar harga Bid, dan akibatnya spread jadi tidak terlihat. Klik kanan pada grafik → **Properties** → tab **Common** → centang **Show Ask line**. Sekarang kamu bisa melihat sendiri jarak antara dua harga itu.
2. **Ganti ke tampilan lilin.** Klik kanan grafik → **Properties** → tab **Common** → pilih **Candlesticks**. BAGIAN 0 Bab 7 menjelaskan cara membacanya.
3. **Tampilkan garis pemisah hari.** Di **Properties** → tab **Common** → centang **Show period separators**. Ini membantumu melihat batas antar hari.
4. **Periksa zona waktu server.** Waktu di grafik adalah waktu server broker, bukan waktu di ponselmu. Ini sering berbeda 4–7 jam dari Waktu Indonesia Barat. Kamu harus tahu selisihnya, karena seluruh pembahasan sesi di Bagian 5 bergantung padanya.

Cara mengetahuinya: lihat jam pada lilin terakhir di grafik rentang satu jam, bandingkan dengan jam sebenarnya di tempatmu, lalu catat selisihnya.

Waktu sekarang di tempat saya (WIB) : _____
 Waktu pada lilin terakhir di grafik : _____
 Selisih : _____ jam

Simpan angka itu. Kamu akan memakainya setiap kali buku ini menyebut jam sesi.

Kalau gagal masuk

Gejala	Penyebab yang paling sering	Tindakan
Invalid account	Nomor akun atau kata sandi salah	Salin ulang dari area klien, hindari spasi ikut tersalin
Server tidak ada di daftar	Memasang MetaTrader generik	Unduh ulang dari area klien broker
No connection	Internet, atau jam komputer salah	Periksa internet, samakan jam sistem
Bisa masuk tapi tidak bisa buka posisi	Memakai kata sandi investor	Masuk ulang dengan kata sandi trader
Harga tidak bergerak	Pasar tutup (akhir pekan)	Tunggu Senin, atau lanjutkan membaca

Soal harga tidak bergerak: pasar emas tutup dari Sabtu dini hari sampai Senin dini hari waktu Indonesia. Kalau kamu membuka platform di akhir pekan, harga memang diam. Tidak ada yang rusak.

POIN KUNCI

- Unduh installer hanya dari area klien brokermu.
- Nama server harus persis dan dipilih dari daftar; ini penyebab gagal masuk yang paling umum.
- Kata sandi trader bisa membuka posisi, kata sandi investor hanya melihat.
- Simbol emas bisa bernama lain seperti **GOLD** atau **XAUUSDm**.
- Nyalakan garis Ask supaya spread terlihat.
- Catat selisih waktu server dengan waktu setempat; seluruh Bagian 5 memakainya.

CHECKLIST BAB

- ☐ MetaTrader terpasang dari area klien broker saya
- ☐ Saya berhasil masuk dan melihat angka koneksi di kanan bawah
- ☐ Grafik XAUUSD sudah terbuka
- ☐ Tampilan sudah berbentuk lilin
- ☐ Garis Ask sudah aktif dan saya bisa melihat spread
- ☐ Saya sudah mencatat selisih waktu server

LATIHAN**Latihan 1 — Catat data platform**

Platform : MT4 / MT5
Nama simbol emas : _____
Spread yang terlihat sekarang: \$ _____
Jam server : _____ Jam WIB: _____ Selisih: _____
Saldo akun demo : \$ _____

Latihan 2 — Amati spread berubah Buka platform tiga kali di waktu berbeda dalam satu hari dan catat spread emas:

Pagi (07.00–09.00 WIB) : \$ _____
Siang (14.00–16.00 WIB) : \$ _____
Malam (20.00–23.00 WIB) : \$ _____

Kamu akan melihat spread paling sempit pada waktu malam WIB. Itu bukan kebetulan — alasannya dijelaskan di Bagian 5, dan itu menentukan kapan sebaiknya kamu trading.

BAB 0.6

TUR LAYAR PLATFORM

Pengantar

Layar MetaTrader terasa penuh saat pertama dibuka. Sebenarnya hanya ada empat area yang perlu kamu kenal, dan tiga di antaranya bisa kamu abaikan di bulan pertama. Bab ini memberi nama pada tiap bagian, supaya instruksi di bab-bab berikutnya bisa kamu ikuti.

Empat area

MARKET WATCH daftar harga	GRAFIK harga bergerak
NAVIGATOR indikator	
TERMINAL (MT4) / TOOLBOX (MT5) posisi terbuka, riwayat, saldo	

Kalau salah satu panel hilang, tekan tombol pintas ini:

Panel	MT4	MT5
Market Watch	Ctrl+M	Ctrl+M
Navigator	Ctrl+N	Ctrl+N
Terminal / Toolbox	Ctrl+T	Ctrl+T

Rangka di atas adalah peta layarmu yang sesungguhnya. Di layar nyata tiap area punya penanda yang membuatnya mudah dikenali. **Market Watch** adalah kolom sempit di kiri atas, berisi daftar simbol dengan tiga kolom angka berjudul **Symbol**, **Bid**, dan **Ask**, serta empat tab kecil di dasarnya: Symbols, Details, Trading, Ticks. **Navigator** menempel persis di bawahnya, berisi daftar bercabang yang diawali nama platform lalu Accounts, Indicators, Expert Advisors, Scripts. **Grafik** mengisi seluruh sisa jendela di sebelah kanan, dengan nama simbol dan rentang waktu tercetak di sudut kanan atasnya. **Terminal** atau **Toolbox** adalah panel melintang di dasar jendela; pada pemasangan baru panel ini sering tersembunyi sampai kamu menekan Ctrl+T.

Di atas semua panel ada dua baris perkakas: baris menu — File, View, Insert, Charts, Tools, Window, Help — dan baris tombol yang memuat tombol pesanan baru, tombol perbesar-perkecil, serta deretan rentang waktu dari M1 sampai MN. Kalau salah satu panel tidak terlihat di layarmu, panel itu bukan hilang — hanya disembunyikan, dan tombol pintas di tabel tadi memunculkannya kembali.

Market Watch

Daftar simbol beserta dua harga yang sudah kamu kenal dari BAGIAN 0 Bab 3:

Symbol	Bid	Ask
XAUUSD	2.050,15	2.050,40

Bid adalah harga saat kamu menjual, Ask saat kamu membeli. Selisihnya di contoh itu \$0,25 — itulah spread.

Klik kanan sebuah simbol lalu pilih **Specification** untuk melihat data kontrak. Ada satu baris yang wajib kamu periksa sekarang, karena seluruh perhitungan di buku ini bergantung padanya:

Contract size : 100

Angka 100 itu adalah 100 ons per satu lot — persis seperti di Bab 3. Kalau brokermu menulis angka lain, misalnya 10, maka semua tabel di buku ini harus kamu sesuaikan dengan mengalikan ulang. Periksa sekali, sekarang, dan catat.

Jendela **Specification** berbentuk satu daftar panjang tanpa tombol apa pun selain penutup: nama properti di kolom kiri, nilainya di kolom kanan, dan nama simbolnya menjadi judul jendela. Baris **Contract size** berada di kelompok atas, bertetangga dengan **Digits** dan **Spread** — kalau daftarnya lebih panjang daripada jendelanya, gulir sedikit ke bawah. Yang kamu cari hanya angka di sisi kanan baris itu. Nilai lain di daftar yang sama — jam perdagangan, mata uang jaminan, batas jarak stop — akan berguna nanti dan tidak perlu kamu pahami sekarang.

Grafik

Tempat harga digambar. Yang perlu kamu kenali:

- **Deretan tombol rentang waktu** di bagian atas: M1, M5, M15, M30, H1, H4, D1, W1, MN. Artinya dijelaskan di Bab 7.
- **Skala harga** di sisi kanan.
- **Skala waktu** di bagian bawah, memakai waktu server.
- **Garis Bid** dan **garis Ask** kalau sudah kamu aktifkan.

Tiga cara bergerak di grafik: gulirkan roda tetikus untuk memperbesar dan memperkecil, tarik grafik ke kiri atau kanan untuk melihat masa lalu, dan tekan tombol **End** untuk kembali ke harga terbaru.

Terminal atau Toolbox

Panel paling penting setelah grafik, karena di sinilah uangmu terlihat. Tab yang perlu kamu kenal:

Tab Trade. Posisi yang sedang terbuka, dan di barisan bawahnya empat angka:

Angka	Arti
Balance	Saldo dari transaksi yang sudah ditutup
Equity	Saldo kalau semua posisi ditutup sekarang, termasuk untung/rugi yang belum terealisasi
Margin	Jaminan yang sedang tertahan oleh posisi terbuka
Free Margin	Jaminan yang masih bisa dipakai

Bedanya Balance dan Equity adalah hal yang harus kamu pahami sebelum membuka posisi pertama. Balance tidak berubah selama posisi masih terbuka. Equity berubah setiap detik. **Equity adalah angka yang jujur.** Kalau Equity jauh di bawah Balance, artinya kamu sedang menahan kerugian yang belum kamu akui.

BAGIAN 0 Bab 10 menjelaskan apa yang terjadi kalau Equity terus turun.

Tab History (MT4: *Account History*). Semua transaksi yang sudah ditutup, dengan hasil masing-masing. Ini sumber data untuk jurnal di Bagian 9.

Tab lain — *News, Mailbox, Alerts, Experts, Journal* — belum perlu di bulan pertama.

Susunan tab **Trade** selalu sama. Posisi yang sedang terbuka berbaris satu per satu di bagian atas panel, dan tepat di bawah barisan itu ada satu baris tebal berisi empat angka tadi: Balance, Equity, Margin, dan Free Margin, ditambah *Margin Level* dalam persen kalau ada posisi yang berjalan. Saat belum ada posisi apa pun, baris itu tetap ada — Balance dan Equity besarnya sama, Margin nol, dan Free Margin sama dengan Balance. Itu keadaan normal, bukan tanda ada yang salah.

Navigator

Berisi daftar indikator dan program otomatis. Untuk sekarang, satu saran: **jangan pasang apa pun.** Grafik yang penuh indikator membuat pemula merasa sedang menganalisis padahal sedang bingung. Bagian 2 mengajarkan membaca harga tanpa indikator lebih dulu, dengan alasan yang dijelaskan di sana.

Tombol yang sering dipakai

Tombol	Fungsi
F9	Buka jendela pesanan baru
Ctrl+M / Ctrl+N / Ctrl+T	Tampilkan atau sembunyikan panel
End	Melompat ke harga terbaru
Panah kiri/kanan	Menggeser grafik
Ctrl+F	Alat pengukur jarak

Alat pengukur (Ctrl+F, dinamakan *Crosshair*) akan sering kamu pakai. Klik dan tahan dari satu titik ke titik lain, dan platform akan menampilkan jaraknya. Inilah cara kamu mengukur **jarak stop loss dalam dolar** sebelum menghitung ukuran posisi.

Satu peringatan penting: angka jarak yang ditampilkan alat ini biasanya dalam satuan *point*, bukan dolar. Untuk emas, umumnya 100 point sama dengan \$1,00. Jadi kalau alat itu menunjukkan **300**, jaraknya \$3,00. Periksa sekali dengan membandingkan ke skala harga, lalu ingat pengalinya.

POIN KUNCI

- Empat area: Market Watch, Grafik, Terminal/Toolbox, Navigator.
- Periksa **Contract size** di Specification; harus 100 agar tabel di buku ini berlaku.
- Equity adalah angka yang jujur, bukan Balance.
- Jangan memasang indikator apa pun di bulan pertama.
- Alat Crosshair (Ctrl+F) dipakai untuk mengukur jarak stop loss, dan angkanya biasanya dalam point — untuk emas 100 point = \$1,00.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menyebut nama keempat area di layar
- ☐ Saya sudah memeriksa Contract size dan nilainya 100
- ☐ Saya bisa menjelaskan bedanya Balance dan Equity
- ☐ Saya bisa mengukur jarak di grafik dengan Crosshair
- ☐ Saya belum memasang indikator apa pun

LATIHAN**Latihan 1 — Isi dari layarmu sendiri**

Contract size XAUUSD : _____ (harus 100)
Lot minimum : _____
Lot maksimum : _____
Spread sekarang : \$ _____
Balance : \$ _____
Equity : \$ _____
Free Margin : \$ _____

Latihan 2 — Kalibrasi alat ukur Tekan Ctrl+F, ukur dari puncak ke dasar sebuah lilin di grafik satu jam, lalu:

Angka yang ditampilkan alat : _____
Harga puncak lilin : _____
Harga dasar lilin : _____
Selisihnya dalam dolar : \$ _____
Pengali saya (angka alat ÷ dolar): _____ (biasanya 100)

Latihan ini memastikan kamu tidak salah membaca jarak sebesar sepuluh kali lipat saat menghitung ukuran posisi nanti.

BAB 0.7

ANATOMI LILIN DAN RENTANG WAKTU

Pengantar

Grafik yang kamu lihat tersusun dari batang-batang kecil yang disebut lilin (*candlestick*). Setiap batang adalah ringkasan dari satu potongan waktu. Kalau kamu bisa membaca satu batang, kamu bisa membaca grafik apa pun, karena grafik hanya rangkaian batang yang sama.

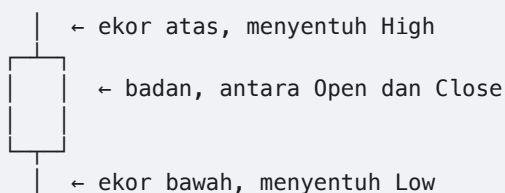
Bab ini hanya mengajarkan cara membaca batangnya. Cara mengambil keputusan dari rangkaiannya ada di Bagian 2.

Satu lilin menyimpan empat angka

Setiap lilin mencatat empat harga dari periode yang diwakilinya:

Angka	Arti
Open	Harga saat periode dimulai
High	Harga tertinggi yang tercapai
Low	Harga terendah yang tercapai
Close	Harga saat periode berakhir

Empat angka itu digambar sebagai satu bentuk:



Badan adalah jarak antara Open dan Close. **Ekor** (juga disebut *wick* atau *shadow*) adalah garis tipis yang menunjukkan sejauh mana harga sempat pergi sebelum kembali.

Warna hanya memberitahu satu hal

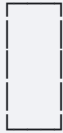
Warna	Umumnya	Artinya
Hijau atau putih	Naik	Close lebih tinggi dari Open
Merah atau hitam	Turun	Close lebih rendah dari Open

Pada lilin naik, Open ada di bawah dan Close di atas. Pada lilin turun, kebalikannya. Itu saja arti warnanya — bukan pertanda apa pun tentang masa depan.

Yang benar-benar diberitahu sebuah lilin

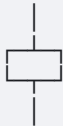
Di sinilah pembacaan mulai berguna. Bentuk lilin memberitahu **siapa yang menang di periode itu, dan seberapa mudah kemenangannya**.

Badan panjang, ekor pendek. Satu pihak mendominasi dari awal sampai akhir. Harga bergerak satu arah tanpa banyak perlawanan.



badan panjang, ekor hampir tidak ada
→ dorongan kuat satu arah

Badan pendek, ekor panjang di kedua sisi. Harga sempat naik jauh dan turun jauh, tapi berakhir dekat titik awal. Kedua pihak berimbang. Lilin seperti ini disebut *doji*, dan artinya keraguan.



badan kecil, ekor panjang dua sisi
→ tidak ada yang menang, pasar ragu

Ekor panjang di satu sisi saja. Ini bentuk yang paling banyak informasinya. Harga mencoba pergi ke satu arah, gagal, lalu dipukul balik. Contohnya ekor bawah panjang dengan badan di atas: penjual sempat menekan harga jauh ke bawah, tapi pembeli mengembalikannya sebelum periode berakhir.



badan di atas, ekor bawah panjang
→ penurunan ditolak, pembeli menang di akhir

Bentuk terakhir ini yang menjadi dasar banyak keputusan di Bagian 2. Untuk sekarang kamu hanya perlu bisa mengenalinya.

Lilin yang belum selesai bisa berubah

Ini sumber kesalahan yang sangat umum di awal.

Lilin paling kanan di grafik **masih hidup**. Selama periodenya belum berakhir, bentuknya masih berubah. Lilin satu jam yang saat ini terlihat hijau panjang bisa berakhir sebagai merah panjang lima puluh menit kemudian.

Karena itu, keputusan yang didasarkan pada lilin yang belum selesai adalah keputusan yang didasarkan pada informasi yang belum ada. Kebiasaan yang benar: **tunggu lilin ditutup** sebelum menganggap bentuknya berarti.

Rentang waktu

Tombol M1 sampai MN di atas grafik menentukan berapa lama satu lilin mewakili.

Kode	Satu lilin mewakili	Umumnya dipakai untuk
M1	1 menit	Terlalu berisik untuk pemula
M5	5 menit	Scalping
M15	15 menit	Eksekusi intraday
M30	30 menit	Eksekusi intraday
H1	1 jam	Melihat arah harian
H4	4 jam	Melihat arah mingguan
D1	1 hari	Gambaran besar
W1	1 minggu	Gambaran besar
MN	1 bulan	Gambaran besar

Grafik yang sama, harga yang sama. Yang berbeda hanya seberapa banyak waktu diringkas dalam satu batang.

Rentang waktu kecil bukan berarti lebih mudah

Banyak pemula memulai dari M1 karena "lebih cepat kelihatan hasilnya". Ini kesalahan, dan alasannya bisa dihitung.

Di M1, satu lilin emas sering bergerak hanya \$0,10–\$0,30. Spread-nya \$0,25. Artinya biaya masuk bisa sebesar pergerakan satu lilin penuh — kamu bertaruh pada sesuatu yang lebih kecil daripada biayanya sendiri.

Selain itu, semakin kecil rentang waktunya, semakin banyak gerakan acak yang tidak berarti apa-apa. Yang di H1 terlihat sebagai satu dorongan bersih, di M1 terlihat sebagai lima puluh batang yang saling bertentangan.

Saran untuk tiga bulan pertama: **H1 untuk melihat arah, M15 untuk masuk**. Baru setelah itu bereksperimen.

Membaca dua rentang waktu bersamaan

Satu kebiasaan yang layak dibangun dari sekarang, dan akan diperdalam di Bagian 2: sebelum melihat rentang waktu kecil, lihat yang besar dulu.

Urutannya:

1. Buka **D1**. Apakah harga secara umum sedang menuju atas, bawah, atau menyamping dalam beberapa minggu terakhir?
2. Buka **H1**. Apakah arahnya sama dengan D1, atau sedang berlawanan?
3. Baru buka **M15** untuk mencari titik masuk.

Kegunaannya sederhana: kamu tidak ingin membeli di M15 saat gambaran besarnya sedang menuruni tangga. Bagian 2 menjelaskan cara menilai arah dengan lebih tepat.

POIN KUNCI

- Satu lilin menyimpan empat angka: Open, High, Low, Close.
- Badan adalah jarak Open ke Close; ekor menunjukkan sejauh mana harga sempat pergi lalu kembali.
- Warna hanya memberitahu Close lebih tinggi atau lebih rendah dari Open.
- Badan panjang berarti dominasi; badan pendek dengan ekor dua sisi berarti keraguan; ekor panjang satu sisi berarti percobaan yang ditolak.
- Lilin paling kanan belum selesai dan masih bisa berubah bentuk. Tunggu penutupan.
- Rentang waktu kecil lebih sulit, bukan lebih mudah, karena spread menjadi porsi besar dari pergerakannya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menunjuk Open, High, Low, Close pada sebuah lilin
- ☐ Saya bisa membedakan badan dan ekor
- ☐ Saya paham lilin terakhir belum selesai dan bisa berubah
- ☐ Saya tahu arti M15, H1, H4, D1
- ☐ Saya paham kenapa M1 lebih sulit untuk pemula

LATIHAN

Latihan 1 — Bongkar sepuluh lilin Buka grafik XAUUSD di H1. Arahkan penunjuk ke sebuah lilin sampai keterangannya muncul, lalu catat sepuluh lilin berurutan:

No	Open	High	Low	Close	Warna	Badan(\$)	Ekor terpanjang
1	_____	_____	_____	_____	_____	_____	atas / bawah
2	_____	_____	_____	_____	_____	_____	atas / bawah
...							
10	_____	_____	_____	_____	_____	_____	atas / bawah

Hitung badan dengan $|\text{Close} - \text{Open}|$. Latihan ini yang membuat lilin berhenti terasa seperti hiasan dan mulai terasa seperti data.

Latihan 2 — Bandingkan rentang waktu Ambil satu hari perdagangan yang sama, lihat di tiga rentang waktu:

Di D1 : hari itu jadi _____ lilin. Rentang harganya \$ _____
 Di H1 : hari itu jadi _____ lilin
 Di M15 : hari itu jadi _____ lilin

Jawaban jumlah lilin bisa kamu hitung: satu hari perdagangan emas sekitar 23 jam, jadi 23 lilin di H1 dan sekitar 92 di M15. Yang penting bukan angkanya, tapi kesadaran bahwa **ketiganya adalah hari yang sama** — hanya diringkas berbeda.

Latihan 3 — Cari tiga bentuk Temukan dan tandai di grafik H1:

1. Lilin badan panjang ekor pendek → tanggal/jam: _____
2. Lilin badan pendek ekor dua sisi → tanggal/jam: _____
3. Lilin ekor panjang satu sisi → tanggal/jam: _____

Untuk nomor 3, tulis satu kalimat tentang apa yang terjadi setelahnya. Belum perlu benar; yang dilatih adalah kebiasaan memperhatikan.

BAB 0.8

ORDER PERTAMA DI AKUN DEMO

Pengantar

Sekarang kamu membuka posisi pertama. Di akun demo, dengan uang mainan, dan dengan seluruh langkah dihitung lebih dulu.

Aturan bab ini: **jangan menekan tombol apa pun sebelum kamu menuliskan empat angka.** Kebiasaan itu, kalau dibangun sekarang, akan menyelamatkan uangmu selama bertahun-tahun.

Empat angka yang ditulis sebelum menyentuh platform

1. Arah : buy atau sell
2. Harga SL : di harga berapa kamu mengakui tebakanmu salah
3. Jarak SL : selisih harga masuk ke harga SL, dalam dolar
4. Ukuran lot : hasil hitungan, bukan perasaan

Poin 2 perlu penjelasan. **Stop loss** adalah harga di mana platform menutup posisimu secara otomatis untuk membatasi kerugian. Ini bukan tanda pesimis. Ini satu-satunya hal yang memisahkan kerugian kecil yang direncanakan dari kerugian yang menghabiskan akun.

Menentukan letak SL berdasarkan analisis dibahas di Bagian 2. Untuk latihan pertama ini, pakai saja **\$3,00 dari harga masuk** supaya kamu bisa fokus pada mekanikanya.

Contoh lengkap, dihitung dari awal

Anggap akun demomu \$500 dan kamu memakai batas risiko 2%.

```
Modal : $500
Risiko yang diizinkan:  $2\% \times \$500 = \$10$ 
Harga sekarang (Ask) : 2.050,40
Arah : buy
Harga SL : 2.047,40
Jarak SL :  $2.050,40 - 2.047,40 = \$3,00$ 

Ukuran lot =  $\$10 \div (\$3,00 \times 100)$ 
           =  $\$10 \div \$300$ 
           = 0,033 → bulatkan ke bawah: 0.03 lot

Cek ulang:  $0,03 \times 100 \times \$3,00 = \$9$ 
$9 di bawah batas $10. Boleh dijalankan.
```

Perhatikan bahwa ukuran lot adalah **hasil**, bukan pilihan. Kamu tidak memilih 0.03 karena terasa pas. Angka itu keluar dari modal, batas risiko, dan jarak SL.

Ini pembeda terbesar antara trader yang bertahan dan yang tidak.

Memasang di komputer

Langkah 1. Pastikan grafik XAUUSD aktif, lalu tekan **F9**. Jendela pesanan terbuka.

Jendela itu berjudul **Order**, dan isinya berurutan dari atas ke bawah: kolom **Symbol** yang sudah terisi nama simbol grafik aktif, kolom **Type** yang bawaannya **Market Execution**, kolom **Volume** dengan panah naik-turun di sisinya, lalu **Stop Loss** dan **Take Profit** yang keduanya bernilai **0.00** saat jendela pertama terbuka. Di dasar jendela ada dua tombol besar berdampingan — **Sell by Market** merah di kiri, **Buy by Market** biru di kanan — masing-masing mencantumkan harga yang akan dipakai. Di MT5 sering ada grafik kecil di bagian atas jendela; grafik itu hanya pelengkap dan tidak memengaruhi pesananmu.

Langkah 2. Periksa dan isi:

Kolom	Isi	Catatan
Symbol	XAUUSD	Pastikan bukan simbol lain
Type	Market Execution	Artinya dieksekusi di harga sekarang
Volume	0.03	Hasil hitunganmu
Stop Loss	2047.40	Angka mutlak, bukan jarak
Take Profit	2056.40	Untuk sasaran dua kali risiko

Dua catatan yang sering menjebak. Pertama, kolom SL dan TP meminta **harga**, bukan jarak — tulis **2047.40**, bukan **3**. Kedua, di platform titik dipakai sebagai pemisah desimal, jadi tulis **2047.40**.

Tentang Take Profit: ini harga di mana posisi ditutup otomatis saat untung. Sasaran \$6,00 dari harga masuk berarti dua kali jarak SL yang \$3,00. Perbandingan ini disebut *risk-reward*, dan dibahas tuntas di Bagian 3.

Langkah 3. Tekan **Buy by Market**. Perhatikan bahwa tombol Buy memakai harga Ask dan tombol Sell memakai harga Bid. Ini spread yang bekerja.

Langkah 4. Lihat tab **Trade** di panel Terminal. Posisimu muncul di sana dengan kolom **Profit** yang berubah setiap detik.

Angka itu akan langsung menunjukkan minus. Untuk 0.03 lot dengan spread \$0,25, minusnya $0,03 \times 100 \times \$0,25 = \$0,75$. Itu bukan kesalahan. Itu spread, persis seperti yang dijelaskan di BAGIAN 0 Bab 3, dan itu artinya harga harus bergerak \$0,25 sesuai arahmu hanya untuk mencapai titik nol.

Barisnya berisi, dari kiri ke kanan: waktu pembukaan, **buy**, **0.03**, nama simbol, harga masukmu, angka SL dan TP yang kamu isi, harga sekarang, dan kolom **Profit** di ujung kanan. Angka di kolom Profit ditulis merah selama masih minus dan biru setelah positif, dan berubah setiap harga bergerak. Baris tebal di bawahnya ikut bergerak: Equity berada tepat \$0,75 di bawah Balance, sesuai angka minus tadi. Balance sendiri tidak bergerak sedikit pun sampai posisimu ditutup.

Memasang di ponsel

1. Buka tab **Quotes**, ketuk XAUUSD, pilih **Trade**
2. Atur **Volume** ke **0.03**
3. Isi **Stop Loss** dan **Take Profit** dengan harga
4. Ketuk **BUY BY MARKET**

Pada beberapa versi aplikasi, kolom SL dan TP baru bisa diisi setelah posisi terbuka. Kalau begitu: buka posisi, lalu ketuk posisi itu di tab **Trade**, pilih **Modify Position**, dan isi SL serta TP **segera**. Jangan menundanya. Posisi tanpa SL adalah posisi tanpa batas kerugian.

Layar pesanan di ponsel memuat kolom yang sama dengan di komputer, hanya bertumpuk vertikal: nama simbol di bagian paling atas, lalu **Volume** dengan tombol tambah dan kurang di kedua sisinya, jenis eksekusi (**Market Execution**), kemudian **Stop Loss** dan **Take Profit** yang masih bernilai nol atau kosong sebelum kamu isi. Di bagian bawah layar ada dua tombol lebar: **SELL BY MARKET** merah di kiri dan **BUY BY MARKET** biru di kanan, dengan harga Bid dan Ask tercetak di dalam tombolnya. Pada sebagian versi, angka spread ditampilkan kecil di antara kedua harga itu.

Membaca posisi yang terbuka

Di tab Trade, kolom yang perlu kamu pahami:

Kolom	Arti
Type	buy atau sell
Volume	Ukuran lot
Price	Harga masuk
S/L, T/P	Batas kerugian dan sasaran
Price (kedua)	Harga sekarang
Profit	Untung atau rugi saat ini, belum terealisasi

Angka Profit disebut *floating* karena belum menjadi kenyataan. Ia baru menjadi kenyataan saat posisi ditutup. Sampai saat itu, dia hanya menunjukkan seandainya kamu menutup sekarang.

Uji pemahamanmu: posisi 0.03 lot dibuka di 2.050,40 dan harga sekarang 2.052,40. Harga bergerak \$2,00 sesuai arahmu. Untungnya $0,03 \times 100 \times \$2,00 = \$6$.

Angka di layar akan sedikit lebih kecil, sekitar \$5,25. Bedanya adalah spread: posisi buy ditutup di harga Bid, yang \$0,25 di bawah Ask tempat kamu masuk. Selisih itu selalu ada dan besarnya selalu bisa dihitung — $\text{lot} \times 100 \times \text{spread}$.

Menutup posisi

Tiga cara sebuah posisi berakhir:

1. **Kena Stop Loss.** Otomatis, rugi sesuai rencana.
2. **Kena Take Profit.** Otomatis, untung sesuai rencana.
3. **Kamu tutup sendiri.** Klik kanan posisi di tab Trade → **Close Position**. Di ponsel: ketuk posisi → **Close**.

Cara ketiga adalah yang paling berbahaya, dan alasannya bukan teknis. Kalau kamu sudah menetapkan SL dan TP berdasarkan pertimbangan yang tenang, menutup manual di tengah jalan biasanya keputusan yang dibuat dalam keadaan tidak tenang.

Untuk tiga puluh transaksi demo pertamamu, berlatihlah **membiarkan SL atau TP yang menyelesaikannya**. Yang dilatih bukan mencari untung, tapi kesanggupan mengikuti rencana sendiri. Bagian 8 membahas kenapa ini justru bagian tersulit.

Kesalahan yang paling sering di order pertama

Kesalahan	Akibat	Pencegahan
Salah tulis volume, 0.3 bukan 0.03	Risiko 10× lebih besar	Baca ulang volume sebelum menekan tombol
SL diisi jarak, bukan harga	Order ditolak, atau SL di tempat aneh	SL selalu berupa harga
Lupa SL sama sekali	Tidak ada batas kerugian	Kalau platform tidak menerima SL saat buka, segera pasang setelahnya
Menekan Sell padahal berniat Buy	Posisi berlawanan	Periksa warna dan nama tombol
Volume dipilih dari perasaan	Risiko tidak diketahui	Selalu hitung dulu

Baris pertama adalah kesalahan paling mahal yang bisa dilakukan pemula, dan bentuknya hanya satu titik desimal. Untuk akun \$500, **0.3** lot dengan SL \$3,00 berarti rugi \$90 — bukan \$9, tapi 18% akun dalam satu transaksi.

Biasakan membaca ulang kolom volume dua kali. Selalu.

POIN KUNCI

- Tulis empat angka sebelum menyentuh platform: arah, harga SL, jarak SL, ukuran lot.
- Ukuran lot adalah hasil hitungan, bukan pilihan berdasarkan perasaan.
- Kolom SL dan TP meminta harga, bukan jarak.
- Posisi baru selalu langsung minus sebesar spread. Itu normal.
- Profit di tab Trade masih *floating* — belum menjadi kenyataan sampai posisi ditutup.
- Kesalahan 0.3 dan bukan 0.03 adalah kesalahan termahal yang bisa dilakukan, dan bentuknya hanya satu titik.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya menghitung ukuran lot sebelum membuka posisi
- ☐ Saya menulis baris cek ulang dan hasilnya di bawah batas risiko
- ☐ Posisi saya punya Stop Loss sejak awal
- ☐ Saya paham kenapa kolom Profit langsung minus kecil di awal
- ☐ Saya membaca ulang kolom volume sebelum menekan tombol
- ☐ Saya membiarkan SL atau TP yang menutup posisi, bukan menutup manual

LATIHAN

Latihan 1 — Sepuluh order demo dengan catatan Lakukan sepuluh transaksi di akun demo. Arah boleh kamu tebak; yang dinilai bukan hasilnya, tapi kelengkapan catatannya.

No	Arah	Harga masuk	Harga SL	Jarak SL	Lot	Cek ulang	Hasil
1	_____	_____	_____	\$_____	_____	\$_____	\$_____
2	_____	_____	_____	\$_____	_____	\$_____	\$_____
...							
10	_____	_____	_____	\$_____	_____	\$_____	\$_____

Aturan penilaian: kalau ada satu baris yang kolom "Cek ulang"-nya melebihi batas risikomu, latihan ini dianggap gagal — ulangi dari nol, berapa pun untungnya. Yang dilatih adalah kepatuhan pada batas, bukan hasil.

Latihan 2 — Uji baca floating Saat ada posisi terbuka, hitung sendiri sebelum melihat layar:

Ukuran lot saya	:	_____	
Harga masuk	:	_____	
Harga sekarang	:	_____	
Pergerakan	:	\$_____	
Perkiraan saya	:	\$_____	(lot × 100 × pergerakan)
Angka di layar	:	\$_____	
Selisih	:	\$_____	
Biaya spread	:	\$_____	(lot × 100 × spread)

Selisih pada baris keempat seharusnya sama dengan baris kelima. Kalau jauh berbeda, kemungkinan besar ukuran lot atau harga masuk yang kamu catat salah. Ulangi lima kali. Setelah itu kamu tidak akan pernah lagi terkejut oleh angka untung atau rugi di layar, karena kamu bisa memperkirakannya lebih dulu.

Latihan 3 — Sengaja kena Stop Loss Ini latihan yang terasa aneh tapi penting. Buka satu posisi kecil di akun demo dengan arah yang **kamu duga salah**, dan biarkan kena SL.

Jarak SL yang saya pasang : \$_____

Kerugian yang saya rencanakan: \$_____

Kerugian yang benar-benar terjadi: \$_____

Apakah sama? Ya / Tidak

Tujuannya dua. Pertama, membuktikan dengan mata sendiri bahwa SL bekerja dan kerugiannya persis sebesar yang kamu rencanakan. Kedua, membiasakan diri melihat angka merah tanpa panik. Di akun nyata nanti, ini akan terjadi empat dari sepuluh kali, dan kamu tidak ingin belajar mengelola perasaan itu dengan uang sungguhan.

BAB 0.9

JENIS ORDER: MARKET ORDER, LIMIT, STOP, DAN KAPAN PAKAI YANG MANA

Pengantar

Di BAGIAN 0 Bab 8 kamu memakai satu jenis order saja: masuk di harga sekarang. Itu cukup untuk memulai, tapi tidak cukup untuk trading yang tertata. Bab ini memperkenalkan cara memasang pesanan yang menunggu, yang membuatmu tidak perlu duduk di depan layar sepanjang hari.

Dua kelompok besar

Kelompok	Kapan dieksekusi
Market order	Sekarang, di harga yang tersedia
Pending order	Nanti, kalau harga menyentuh angka yang kamu tentukan

Pending order punya empat jenis, dan perbedaannya hanya dua hal: apakah kamu membeli atau menjual, dan apakah harga yang kamu tunggu ada di atas atau di bawah harga sekarang.

Market order

Yang kamu pakai di Bab 8. Kamu menekan tombol, order langsung terisi di harga yang tersedia saat itu.

Kelebihan: pasti terisi. Kalau setupmu sudah siap sekarang, ini yang dipakai.

Kekurangan: harga yang kamu dapat bisa berbeda sedikit dari yang kamu lihat. Selisih ini disebut **slippage**, dan terjadi karena harga bergerak dalam sekejap antara kamu menekan tombol dan server memprosesnya.

Di jam normal slippage untuk emas kecil, biasanya di bawah \$0,10. Saat rilis data ekonomi penting, slippage bisa \$1,00–\$5,00. Itu sebabnya Bagian 6 melarang masuk dengan market order beberapa menit sebelum dan sesudah rilis data.

Empat jenis pending order

Nama-namanya terdengar membingungkan, tapi ada satu cara mengingat yang membuat semuanya jelas.

Limit = menunggu harga jadi lebih baik. Stop = menunggu harga membuktikan arahnya.

Jenis	Ditempatkan	Terisi kalau	Logikanya
Buy Limit	Di bawah harga sekarang	Harga turun ke situ	Aku mau beli, tapi lebih murah

Sell Limit	Di atas harga sekarang	Harga naik ke situ	Aku mau jual, tapi lebih mahal
Buy Stop	Di atas harga sekarang	Harga naik ke situ	Aku baru mau beli setelah harga tembus ke atas
Sell Stop	Di bawah harga sekarang	Harga turun ke situ	Aku baru mau jual setelah harga tembus ke bawah

Gambaran letaknya, dengan harga sekarang di tengah:

```

2.055 ← Sell Limit (jual lebih mahal)
2.055 ← Buy Stop (beli setelah tembus atas)
-----
2.050 ← harga sekarang
-----
2.045 ← Buy Limit (beli lebih murah)
2.045 ← Sell Stop (jual setelah tembus bawah)

```

Perhatikan bahwa Buy Limit dan Sell Stop diletakkan di tempat yang sama, hanya niatnya berlawanan. Yang membedakan bukan letaknya, tapi apa yang kamu percayai akan terjadi ketika harga sampai di situ.

Dua cara berpikir yang berbeda

Ini inti bab ini, dan lebih penting daripada menghafal nama.

Limit order berarti kamu percaya harga akan berbalik di suatu tempat. Kamu memasang Buy Limit di 2.045 karena menurutmu di situ ada alasan harga berhenti turun dan naik lagi.

Stop order berarti kamu percaya harga akan lanjut setelah menembus. Kamu memasang Buy Stop di 2.055 karena menurutmu kalau harga sanggup menembus level itu, ia akan terus naik.

Keduanya sah, dan keduanya dibahas di Bagian 2 dengan cara mengenali levelnya. Yang tidak sah adalah memasang pending order tanpa alasan mengapa harga akan bereaksi di titik itu.

Kelebihan dan kekurangan pending order

Kelebihan:

- Kamu tidak perlu menunggu di depan layar
- Keputusanmu dibuat dalam keadaan tenang, sebelum harga bergerak
- Tidak ada godaan untuk masuk lebih awal karena tidak sabar

Poin terakhir sering diremehkan tapi paling berharga. Keputusan yang dibuat sebelum harga mendekat jauh lebih baik daripada keputusan yang dibuat saat harga bergerak cepat di depan matamu.

Kekurangan:

- Order bisa tidak terisi kalau harga tidak sampai ke situ
- Order bisa terisi saat keadaan pasar sudah berubah dari saat kamu memasangnya

Kekurangan kedua ini nyata. Buy Limit yang kamu pasang pagi ini bisa terisi malam nanti tepat saat ada berita buruk yang membuat alasan awalmu tidak berlaku lagi. Karena itu ada kebiasaan yang perlu dibangun: **hapus pending order yang sudah tidak relevan**, jangan dibiarkan menggantung.

Cara memasangnya

Di komputer, tekan **F9**, lalu pada kolom **Type** ganti dari **Market Execution** menjadi **Pending Order**. Muncul kolom tambahan:

Kolom	Isi
Type	Buy Limit / Sell Limit / Buy Stop / Sell Stop
Price	Harga tempat kamu ingin masuk
Stop Loss	Harga batas kerugian
Take Profit	Harga sasaran
Expiry	Kapan order dibatalkan sendiri kalau tidak terisi

Kolom **Expiry** sangat berguna dan sering dilewatkan. Isi dengan akhir hari perdagangan, supaya order yang alasannya sudah kedaluwarsa tidak diam-diam terisi tiga hari kemudian.

Platform akan menolak order yang letaknya tidak masuk akal — misalnya Buy Limit di atas harga sekarang. Kalau ditolak dengan pesan **Invalid price**, periksa dulu apakah kamu tertukar antara limit dan stop.

Ukuran posisi tetap dihitung dengan cara yang sama

Satu hal yang tidak berubah, apa pun jenis ordernya:

$$\text{Lot} = \text{Risiko}(\$) \div (\text{Jarak SL}(\$) \times 100)$$

Bedanya, untuk pending order jarak SL dihitung dari **harga pending**, bukan dari harga sekarang.

```

Modal $1.000, risiko 2% = $20
Buy Limit di 2.045,00
SL di 2.041,00
Jarak SL = 2.045,00 - 2.041,00 = $4,00

Lot = $20 ÷ ($4,00 × 100) = $20 ÷ $400 = 0,05 → 0.05 lot

Cek ulang: 0,05 × 100 × $4,00 = $20 ✓ tepat di batas

```

Trailing stop, dan kenapa ditunda

Kamu akan menemukan pengaturan bernama **Trailing Stop** saat mengklik kanan posisi. Fungsinya menggeser SL mengikuti harga saat posisi untung, sehingga sebagian keuntungan terlindungi.

Sarannya: **jangan pakai dulu**. Alasannya, trailing stop mengubah rencanamu secara otomatis, dan sebelum kamu punya rencana yang stabil, itu hanya menambah satu variabel yang membuat hasil evaluasimu tidak bisa dibaca. Bagian 3 membahas kapan alat ini masuk akal.

POIN KUNCI

- Market order terisi sekarang; pending order menunggu harga tertentu.
- Limit berarti menunggu harga jadi lebih baik. Stop berarti menunggu harga membuktikan arahnya.
- Limit dipakai kalau kamu percaya harga akan berbalik; stop kalau kamu percaya harga akan lanjut menembus.
- Pending order membuat keputusan dibuat dalam keadaan tenang — itu keuntungan terbesarnya.
- Isi kolom Expiry, dan hapus pending order yang alasannya sudah tidak berlaku.
- Rumus ukuran lot tidak berubah; jarak SL dihitung dari harga pending.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menyebut keempat jenis pending order dan letaknya
- ☐ Saya paham bedanya niat di balik limit dan stop
- ☐ Saya tahu slippage membesar saat rilis data ekonomi
- ☐ Saya mengisi kolom Expiry pada pending order saya
- ☐ Saya menghitung jarak SL dari harga pending, bukan harga sekarang
- ☐ Saya belum memakai trailing stop

LATIHAN

Latihan 1 — Tempatkan keempatnya Harga sekarang 2.050,00. Tulis di harga berapa kamu akan menempatkan masing-masing dan apa alasannya:

Buy Limit di _____ karena _____
 Sell Limit di _____ karena _____
 Buy Stop di _____ karena _____
 Sell Stop di _____ karena _____

Latihan 2 — Empat pending order di demo Pasang keempat jenis di akun demo, masing-masing dengan SL, TP, dan Expiry. Lalu catat setelah satu hari:

Jenis	Harga	Terisi?	Kalau tidak, kenapa
Buy Limit	_____	Ya/Tdk	_____
Sell Limit	_____	Ya/Tdk	_____
Buy Stop	_____	Ya/Tdk	_____
Sell Stop	_____	Ya/Tdk	_____

Latihan 3 — Hitung lot untuk pending order

- Modal \$500, risiko 2%, Buy Limit 2.045, SL 2.042
 Jarak SL \$_____ → Lot _____ → Cek ulang \$_____
- Modal \$2.000, risiko 1%, Sell Stop 2.040, SL 2.045
 Jarak SL \$_____ → Lot _____ → Cek ulang \$_____

Kunci: 1) \$3,00 → 0.03 → \$9 2) \$5,00 → 0.04 → \$20

BAB 0.10

MARGIN, LEVERAGE, MARGIN CALL, STOP OUT

Pengantar

Bab ini menjelaskan mekanisme yang menghabiskan akun pemula lebih sering daripada analisis yang salah. Isinya empat istilah yang saling terkait, dan satu contoh hitungan yang sebaiknya kamu baca dua kali.

Kalimat inti bab ini: **leverage tinggi tidak memperbesar keuntunganmu, ia memperbesar ukuran kesalahan yang diizinkan platform.**

Margin: jaminan, bukan biaya

Untuk memegang posisi senilai 100 ons emas, kamu tidak perlu menyetor harga penuhnya. Broker hanya menahan sebagian kecil dana sebagai jaminan. Bagian yang ditahan itu disebut **margin**.

Margin bukan biaya. Ia tidak hilang. Ia hanya dibekukan selama posisimu terbuka, dan dilepaskan kembali saat posisi ditutup.

$$\text{Margin} = (\text{lot} \times 100 \times \text{harga}) \div \text{leverage}$$

Leverage: pengali yang bekerja dua arah

Leverage adalah perbandingan yang menentukan seberapa kecil jaminan yang diminta. Pada 1:100, kamu hanya perlu menyediakan seperseratus dari nilai posisi.

Berapa margin untuk 1.00 lot emas di harga 2.050:

Leverage	Margin yang ditahan
1:100	\$2.050
1:200	\$1.025
1:500	\$410
1:1000	\$205

Sekarang perhatikan sesuatu yang penting. Di keempat baris itu, **jumlah uang yang bergerak per \$1,00 pergerakan harga sama saja: \$100**. Leverage tidak mengubahnya sedikit pun.

Yang berubah hanya satu: seberapa besar posisi yang platform **izinkan** kamu buka dengan modal yang kamu punya.

Inilah sebabnya kalimat "leverage tinggi memperbesar keuntungan" itu keliru. Leverage tidak memperbesar keuntungan per pergerakan. Ia memperbesar batas kesalahan yang bisa kamu lakukan.

Empat angka di panel Terminal

Kamu sudah melihatnya di Bab 6. Sekarang artinya lengkap:

Angka	Arti
Balance	Saldo dari transaksi yang sudah ditutup
Equity	Balance ditambah untung/rugi posisi yang masih terbuka
Margin	Jaminan yang sedang ditahan
Free Margin	Equity dikurangi Margin
Margin Level	$(\text{Equity} \div \text{Margin}) \times 100\%$

Margin Level adalah angka yang menentukan hidup atau matinya akunmu. Semakin tinggi semakin sehat. Kalau tidak ada posisi terbuka, angkanya tidak berlaku.

Margin call dan stop out

Peristiwa	Umumnya terjadi di	Apa yang terjadi
Margin call	Margin Level 100%	Peringatan. Tidak bisa buka posisi baru
Stop out	Margin Level 20–50%	Broker menutup posisimu secara paksa

Ambang batasnya berbeda antar broker. Cari angkanya di dokumen brokermu dan catat sekarang, jangan setelah kejadian.

Yang perlu kamu pahami tentang stop out: **broker tidak menutup posisimu untuk melindungimu.** Ia menutupnya supaya kerugianmu tidak melebihi dana yang kamu setor, karena selebihnya akan menjadi kerugian broker. Tidak ada yang berpihak padamu di mekanisme itu.

Contoh yang perlu dibaca dua kali

Ini bukan contoh yang dibuat-buat untuk menakuti. Ini pola yang paling umum terjadi pada akun pemula.

Skenario A — akun \$500, leverage 1:500, membuka 1.00 lot

Kenapa seseorang melakukannya? Karena platform mengizinkan. Margin yang ditahan hanya \$410, dan akunya \$500, jadi tombolnya bisa ditekan.

```

Modal (Equity)   : $500
Margin ditahan   :  $(1,00 \times 100 \times 2.050) \div 500 = \$410$ 
Free Margin      :  $\$500 - \$410 = \$90$ 
Margin Level     :  $(\$500 \div \$410) \times 100\% = 122\%$ 

```

Perhatikan: **sebelum harga bergerak sedikit pun**, Margin Level sudah 122%. Margin call ada di 100%. Jaraknya tipis sekali.

Dengan 1.00 lot, setiap pergerakan \$1,00 memindahkan \$100.

Harga turun \$0,90 → Equity \$410 → Margin Level 100% → MARGIN CALL
 Harga turun \$2,95 → Equity \$205 → Margin Level 50% → STOP OUT

Setelah stop out, sisa akun \$205. Rugi \$295, atau **59% dari modal**.

Sekarang ingat BAGIAN 0 Bab 1: pergerakan \$2,00 di emas terjadi tiga sampai lima kali sehari. Artinya akun ini tidak dihabiskan oleh peristiwa luar biasa. Ia dihabiskan oleh hari yang biasa.

Dan menurut tabel di BAGIAN 0 Bab 2, rugi 59% butuh kenaikan sekitar 144% untuk pulih.

Skenario B — akun \$500, leverage 1:100, mencoba membuka 1.00 lot

Margin dibutuhkan: $(1,00 \times 100 \times 2.050) \div 100 = \$2.050$
 Modal : \$500
 Hasil : ORDER DITOLAK

Inilah nilai sebenarnya dari leverage rendah. Bukan mengurangi keuntungan — **mencegah kesalahan secara mekanis**. Platform menolak sebelum kamu punya kesempatan menyesal.

Skenario C — akun \$500, leverage 1:100, membuka 0.03 lot hasil hitungan

Margin ditahan : $(0,03 \times 100 \times 2.050) \div 100 = \$61,50$
 Free Margin : $\$500 - \$61,50 = \$438,50$
 Margin Level : $(\$500 \div \$61,50) \times 100\% = 813\%$

Berapa pergerakan yang dibutuhkan sampai margin call? Dengan 0.03 lot, setiap \$1,00 memindahkan \$3. Untuk mencapai Margin Level 100%, Equity harus turun ke \$61,50, artinya rugi \$438,50, artinya harga harus bergerak melawanmu **sekitar \$146**.

Emas tidak bergerak \$146 dalam sehari.

Kesimpulannya, dan ini yang perlu kamu bawa: **posisi yang ukurannya dihitung benar tidak akan pernah mengalami margin call**. Margin call bukan risiko yang perlu dikelola. Ia gejala dari satu penyakit, yaitu ukuran posisi yang salah.

Kamu tidak perlu menghafal margin call. Kamu perlu menghitung ukuran lot.

Yang berlaku juga untuk posisi bertumpuk

Satu hal yang sering luput. Margin dihitung dari **total** semua posisi terbuka. Lima posisi 0.03 lot menahan margin yang sama dengan satu posisi 0.15 lot.

Jadi disiplin "risiko 2% per transaksi" bisa tetap gagal kalau kamu membuka sepuluh posisi sekaligus, masing-masing 2%. Total risikomu 20%. Bagian 3 dan Bagian 10 membahas batas jumlah posisi

bersamaan dan cara menangani posisi yang arahnya saling terkait.

Biaya menahan posisi bermalam

Satu hal kecil yang perlu kamu tahu supaya tidak bingung: posisi yang dibiarkan terbuka melewati pukul 00.00 waktu server dikenakan **swap**, yaitu biaya atau kredit bunga harian. Untuk emas biasanya berupa biaya, bukan kredit.

Jumlahnya kecil untuk posisi kecil, tapi terakumulasi kalau kamu menahan posisi berhari-hari. Cek nilainya di jendela Specification yang kamu buka di Bab 6. Kalau kamu bertrading dalam hitungan menit atau jam, ini tidak relevan.

POIN KUNCI

- Margin adalah jaminan yang dibekukan, bukan biaya yang hilang.
- Leverage tidak mengubah jumlah uang yang bergerak per \$1,00. Ia hanya mengubah seberapa besar posisi yang diizinkan platform.
- $\text{Margin Level} = (\text{Equity} \div \text{Margin}) \times 100\%$. Margin call sekitar 100%, stop out 20–50%.
- Broker menutup posisimu untuk melindungi dirinya, bukan kamu.
- Akun \$500 dengan leverage 1:500 dan 1.00 lot bisa kehilangan 59% dari pergerakan \$2,95 — pergerakan yang terjadi beberapa kali sehari.
- Leverage rendah bernilai karena **menolak** order yang terlalu besar.
- Posisi yang ukurannya dihitung benar tidak akan pernah kena margin call.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menghitung margin dengan rumusnya
- ☐ Saya tahu ambang margin call dan stop out di broker saya
- ☐ Saya paham leverage tidak mengubah untung/rugi per pergerakan
- ☐ Saya memakai leverage 1:100 atau lebih rendah
- ☐ Saya paham margin dihitung dari total semua posisi terbuka
- ☐ Saya paham margin call adalah gejala ukuran lot yang salah

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung margin Harga emas 2.050. Rumus: $(\text{lot} \times 100 \times \text{harga}) \div \text{leverage}$.

1. 0.05 lot, leverage 1:100 → margin \$ _____
2. 0.10 lot, leverage 1:100 → margin \$ _____
3. 0.10 lot, leverage 1:500 → margin \$ _____
4. 0.50 lot, leverage 1:100 → margin \$ _____

Kunci: 1) \$102,50 2) \$205 3) \$41 4) \$1.025

Latihan 2 — Hitung jarakmu ke margin call

Modal saya : \$ _____
 Leverage saya : 1: _____
 Lot yang saya pakai : _____
 Margin ditahan : \$ _____
 Margin Level awal : _____ %
 Uang bergerak per \$1,00: \$ _____ (lot × 100)
 Rugi sampai Margin Level 100%: \$ _____
 Pergerakan harga yang dibutuhkan: \$ _____

Kalau angka terakhir lebih kecil dari \$40, ukuran posisimu terlalu besar — karena \$40 adalah pergerakan harian emas yang masih wajar terjadi.

Latihan 3 — Lihat sendiri di demo Latihan ini wajib, dan hanya boleh di akun demo.

1. Buat akun demo baru dengan saldo kecil, misalnya \$100, dan leverage tinggi
2. Buka posisi yang jauh lebih besar dari yang seharusnya, misalnya 0.50 lot
3. Perhatikan Margin Level di panel Terminal
4. Biarkan sampai kena stop out

Margin Level saat baru buka : _____ %
 Margin Level setelah 5 menit: _____ %
 Equity saat stop out : \$ _____
 Total rugi : \$ _____ (_____ % dari modal)
 Pergerakan harga yang menyebabkannya: \$ _____

Melihat angka Margin Level meluruh di layarmu sendiri jauh lebih berkesan daripada membaca penjelasan mana pun. Lakukan sekali, dengan uang mainan, supaya kamu tidak perlu mengalaminya dengan uang sungguhan.

BAB 0.11

30 HARI PERTAMA: APA YANG DILATIH DI DEMO

Pengantar

Kamu sudah bisa membaca layar, menghitung ukuran posisi, dan membuka posisi dengan batas kerugian. Bab ini menyusun tiga puluh hari pertama supaya latihanmu membentuk kebiasaan, bukan sekadar mengisi waktu.

Satu hal perlu diluruskan lebih dulu: **tujuan akun demo bukan membuktikan kamu bisa untung.** Untung di demo mudah, karena tidak ada rasa takut yang mengganggu. Tujuannya adalah membangun kebiasaan mekanis sampai tidak perlu dipikirkan lagi, dan mengumpulkan data pertama tentang caramu sendiri.

Yang dilatih dan yang tidak

Yang dilatih di demo	Yang tidak bisa dilatih di demo
Mekanik order tanpa ragu	Rasa takut saat uang nyata berkurang
Menghitung lot dengan benar setiap kali	Godaan menambah ukuran setelah menang
Menunggu lilin ditutup	Panik saat rugi berturut-turut
Mencatat setiap transaksi	Tekanan saat kamu sedang butuh uang

Kolom kanan penting disadari. Demo tidak melatih pengendalian diri, karena tidak ada yang perlu dikendalikan. Itu sebabnya Bagian 8 tentang psikologi tetap diperlukan, dan itu sebabnya perpindahan ke akun nyata nanti dimulai dari jumlah yang sangat kecil.

Aturan yang berlaku sepanjang 30 hari

1. **Satu instrumen saja: XAUUSD.** Jangan menambah yang lain.
2. **Rentang waktu tetap: H1 untuk arah, M15 untuk masuk.**
3. **Maksimal dua transaksi per hari.** Bukan supaya sedikit, tapi supaya setiap transaksi bisa dicatat dengan sungguh-sungguh.
4. **Setiap posisi wajib punya SL sejak awal.** Tanpa pengecualian.
5. **Ukuran lot selalu dihitung, dengan baris cek ulang tertulis.**
6. **Saldo demo disetel mendekati modal nyata rencanamu.**
7. **Catat setiap transaksi,** termasuk yang rugi, termasuk yang memalukan.

Aturan keenam sering dilanggar dan akibatnya halus tapi serius. Demo \$10.000 membuat 0.10 lot terasa wajar. Saat pindah ke akun nyata \$200, ukuran itu mematikan — tapi tanganmu sudah terbiasa. Setel saldo demo sedekat mungkin dengan modal yang benar-benar akan kamu pakai.

Pembagian empat minggu

Minggu 1 — Mengamati, belum bertransaksi

Tidak ada satu pun order minggu ini. Yang dilakukan hanya membuka platform dua kali sehari, tiga puluh menit tiap kali, dan mencatat:

Tanggal	Jam	Harga	Spread	Rentang hari ini	Arah H1
---------	-----	-------	--------	------------------	---------

Sasaran minggu ini: kamu punya rasa sendiri terhadap seperti apa emas bergerak, dan punya angka sendiri tentang spread di jam-jam berbeda.

Ini terasa membosankan dan hampir semua orang ingin melewatinya. Yang melewatinya akan menghabiskan minggu 2 dengan menebak-nebak, karena tidak punya pembandingan untuk menilai apakah sebuah pergerakan itu besar atau biasa.

Minggu 2 — Sepuluh transaksi mekanis

Sekarang bertransaksi, tapi arah tidak dinilai. Yang dinilai hanya kelengkapan prosedur. Pakai aturan yang sangat sederhana untuk menentukan arah: ikuti arah lilin H1 terakhir yang **sudah ditutup**.

Sasarannya bukan untung. Sasarannya: sepuluh transaksi dengan sepuluh baris cek ulang yang semuanya di bawah batas risiko.

No	Arah	Masuk	SL	Jarak SL	Lot	Cek ulang	Hasil	Ditutup oleh
----	------	-------	----	----------	-----	-----------	-------	--------------

Kolom terakhir diisi **SL**, **TP**, atau **manual**. Kalau ada "manual", tulis alasannya. Kebanyakan orang akan menemukan alasannya adalah "tidak tahan melihatnya", dan itu temuan yang berharga tentang diri sendiri.

Minggu 3 — Menambahkan alasan

Sekarang setiap transaksi harus punya alasan yang tertulis **sebelum** masuk. Bagian 2 memberi cara menilai level dan bentuk lilin dengan lengkap; untuk minggu ini pakai saja yang sudah kamu baca sejauh ini, sesederhana apa pun.

No	Alasan masuk (ditulis sebelum entry)	Hasil	Alasannya terbukti?
----	--------------------------------------	-------	---------------------

Kolom terakhir dijawab tanpa membela diri. Alasan yang benar dengan hasil rugi tetap dicatat sebagai alasan yang benar. Alasan yang buruk dengan hasil untung tetap dicatat sebagai alasan yang buruk.

Memisahkan kualitas keputusan dari hasilnya adalah keterampilan yang paling membedakan trader yang berkembang dari yang berputar-putar. Bagian 9 membangunnya secara lengkap.

Minggu 4 — Evaluasi

Berhenti bertransaksi tiga hari terakhir. Hitung dari catatanmu:

Jumlah transaksi : _____
 Yang punya SL sejak awal : _____ / _____
 Yang lot-nya dihitung dengan benar : _____ / _____
 Yang ditutup oleh SL atau TP : _____ / _____
 Yang ditutup manual : _____ / _____
 Yang alasannya tertulis sebelum masuk : _____ / _____
 Jumlah transaksi untung : _____
 Rugi terbesar dalam satu transaksi : \$ _____
 Ada yang melebihi batas risiko? : Ya / Tidak

Cara menilai hasilnya

Perhatikan bahwa daftar di atas hampir seluruhnya bukan tentang uang.

Lulus kalau ketiga hal ini terpenuhi: semua transaksi punya SL, tidak ada satu pun yang melebihi batas risiko, dan minimal delapan dari sepuluh ditutup oleh SL atau TP — bukan manual.

Belum lulus kalau salah satu gagal, berapa pun untung yang kamu kumpulkan. Ulangi satu bulan lagi.

Ini terasa keras, tapi alasannya bisa dihitung. Prosedur yang bocor di demo akan bocor lebih parah di akun nyata, karena di sana ada rasa takut yang memperbesar setiap celah. Satu bulan tambahan di demo jauh lebih murah daripada satu akun yang habis.

Kalau untungnya besar, itu bukan kabar baik

Ada satu hasil yang perlu diwaspadai secara khusus: demo yang naik banyak dalam sebulan.

Kenaikan besar dalam waktu singkat hampir selalu berarti ukuran posisinya terlalu besar, atau kamu sedang beruntung. Keduanya tidak bertahan. Yang berbahaya adalah kesimpulan yang ditarik darinya — bahwa caramu sudah terbukti — lalu jumlah yang sama dipakai di akun nyata.

Bulan demo yang berakhir mendekati titik nol dengan tiga puluh baris catatan yang rapi adalah hasil yang jauh lebih baik daripada bulan yang naik 40% tanpa catatan.

Kesalahan yang paling sering di bulan pertama

Kesalahan	Kenapa terjadi	Yang seharusnya
Melewati minggu 1	Terasa membosankan	Jalani. Ini yang membangun pembeding
Bertransaksi belasan kali sehari	Demo terasa gratis	Maksimal dua, supaya tiap transaksi tercatat
Saldo demo jauh lebih besar dari rencana nyata	Bawaan platform	Setel ulang mendekati modal sebenarnya
Menambah indikator	Terasa seperti sedang belajar	Kosong dulu sampai Bagian 2
Menutup manual saat untung kecil	Takut kehilangan untung	Biarkan TP bekerja; itu yang dilatih

Tidak mencatat transaksi yang memalukan

Malu

Justru itu yang paling banyak isinya

Baris terakhir perlu ditekankan. Catatan yang hanya memuat transaksi yang enak dilihat tidak berguna sama sekali, karena yang perlu diperbaiki justru ada di bagian yang dihilangkan.

Setelah 30 hari

Kalau lulus, kamu belum langsung ke akun nyata. Urutannya:

1. **Lanjutkan ke Bagian 1 sampai Bagian 3.** Di situ kamu belajar membaca harga dan mengelola risiko dengan benar. Yang kamu punya sekarang baru mekaniknya.
2. **Ulangi satu bulan demo** dengan cara masuk yang kamu pelajari di Bagian 2.
3. **Mulai akun nyata dengan jumlah terkecil yang masih wajar** menurut tabel modal minimum di Bagian 3 — bukan seluruh modal rencanamu.
4. **Kalau bulan pertama akun nyata prosedurnya bocor, kembali ke demo.** Tanpa perdebatan dengan diri sendiri.

Tentang poin 3: perpindahan dari demo ke uang nyata mengubah perilaku hampir semua orang, dan tidak ada cara mengetahui seberapa besar perubahannya pada dirimu selain mencobanya. Lebih murah mengetahuinya dengan jumlah kecil.

Peta sisa buku ini

Sekarang kamu tahu cara memakai platform. Sisanya begini urutannya:

Bagian	Isinya	Kenapa di urutan itu
1	Fondasi pasar dan cara kerjanya	Konteks sebelum teknik
2	Membaca harga: level, arah, bentuk lilin	Cara memutuskan arah
3	Risiko dan ukuran posisi, lengkap	Yang membuatmu bertahan
4	Cara akun habis, dan cara mencegahnya	Kesalahan yang paling mahal
5	Sesi perdagangan dan jam terbaik	Kapan harus aktif
6	Rilis data ekonomi dan berita	Kapan harus menjauh
7	Scalping	Satu gaya, dibahas utuh
8	Psikologi	Yang tidak bisa dilatih di demo
9	Sistem dan jurnal	Cara mengukur apakah caramu berhasil
10	Sisi bisnisnya	Penarikan, pertumbuhan, pajak
11	Penutup dan rencana lanjutan	Menyatukan semuanya

Kalau kamu hanya punya waktu untuk tiga bagian, ambil **Bagian 3, Bagian 4, dan Bagian 8**. Ketiganya tentang tidak kehilangan uang, dan itu prasyarat dari semua yang lain.

POIN KUNCI

- Tujuan demo bukan untung, tapi kebiasaan mekanis dan data pertama tentang dirimu.
- Demo tidak bisa melatih rasa takut. Itu tugas Bagian 8 dan akun kecil.
- Saldo demo harus mendekati modal nyata rencanamu, bukan angka bawaan platform.
- Minggu 1 tanpa transaksi. Minggu 2 mekanis. Minggu 3 beralasan. Minggu 4 evaluasi.
- Lulus ditentukan oleh kepatuhan prosedur, bukan hasil uang.
- Demo yang naik banyak adalah tanda bahaya, bukan bukti.
- Catat juga transaksi yang memalukan; di situ isinya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saldo demo saya sudah mendekati modal nyata rencana saya
- ☐ Saya menjalani minggu 1 tanpa satu pun transaksi
- ☐ Saya tidak melewati dua transaksi per hari
- ☐ Semua transaksi saya punya SL sejak awal
- ☐ Saya mencatat semuanya, termasuk yang buruk
- ☐ Saya sudah mengevaluasi dengan tabel minggu 4
- ☐ Saya paham lulus dinilai dari prosedur, bukan untung

LATIHAN**Latihan 1 — Susun jadwal 30 hari**

Jam saya membuka platform : _____ dan _____
 Hari saya tidak trading : _____
 Batas transaksi per hari : _____
 Modal demo yang saya setel: \$ _____
 Batas risiko per transaksi: _____% = \$ _____
 Batas rugi harian : _____% = \$ _____

Dua baris terakhir adalah angka yang kamu kosongkan di Latihan 2.3. Kalau kamu belum membaca Bagian 3, pakai dulu 2% per transaksi dan 4% per hari — angka itu akan diperiksa ulang di sana.

Latihan 2 — Lembar catatan harian Salin format ini, satu baris per transaksi, sepanjang 30 hari:

Tgl	Jam	Arah	Masuk	SL	Jarak SL	Lot	Cek ulang	Alasan	Hasil	Ditutup ol
-----	-----	------	-------	----	----------	-----	-----------	--------	-------	------------

Simpan di buku tulis atau lembar hitung. Bagian 9 akan mengembangkannya menjadi jurnal yang lebih lengkap, tapi kolom-kolom di atas adalah intinya dan tidak akan berubah.

Latihan 3 — Kembali ke BAGIAN 0 Bab 2 Buka kembali kontrak yang kamu tulis di Latihan 2.3, isi dua angka yang tadi dikosongkan, lalu tanda tangani.

3. Saya tidak akan mempertaruhkan lebih dari ____% akun per transaksi
4. Kalau saya rugi ____% dalam sehari, saya berhenti hari itu

Setelah itu, Bagian 0 selesai. Kamu sudah bisa menjalankan platform dan sudah punya batas yang kamu tetapkan sendiri. Bagian 1 dimulai dari pertanyaan yang berbeda: bukan lagi bagaimana caranya, tapi kenapa harga bergerak seperti itu.

BAGIAN 1

FONDASI: MENGENAL PASAR EMAS

3 BAB

BAB 1.1

KENAPA EMAS (XAUUSD) DAN BUKAN INSTRUMEN LAIN

Sebelum kamu trading sesuatu, kamu harus paham **kenapa** kamu memilih instrumen itu. Banyak pemula melompat ke emas hanya karena mendengar potensi untung besar, lalu kaget karena harganya bisa bergerak \$2,00 dalam sepuluh menit.

XAUUSD adalah harga emas (XAU) dalam dolar Amerika (USD). Karakteristiknya:

Karakteristik	Penjelasan
Volatilitas	Tinggi — kisaran harian \$15–\$40, lebih lebar saat rilis data
Spread	Lebih lebar dari EUR/USD
Sesi paling aktif	London dan New York. Keduanya buka bersamaan (<i>overlap</i>) pukul 19.00–23.00 WIB — lihat BAGIAN 5 Bab 4
Sensitif terhadap	Data USD, inflasi, geopolitik, suku bunga The Fed
Karakter	Cenderung trending, tapi sering <i>fake out</i>

Kenapa banyak yang memilih emas?

- Pergerakan besar berarti potensi untung besar (dan rugi besar juga)
- Bukan pasangan mata uang, jadi tidak terlalu terpengaruh satu negara saja
- Likuiditas tinggi di sesi London dan New York. **Likuiditas** berarti banyaknya pembeli dan penjual yang siap bertransaksi saat itu; makin tinggi, makin besar kemungkinan posisimu terisi di harga yang kamu lihat. BAGIAN 2 Bab 4 membahasnya lebih dalam.

Kenapa emas berbahaya untuk pemula?

- Stop loss bisa kena dalam hitungan menit kalau lot terlalu besar
- Berita bisa membuat spread melonjak ke \$10 atau lebih dalam sekejap
- Sangat memancing emosi karena pergerakan agresif

Angka yang membedakan emas dari pasangan mata uang mayor

Pemula sering membandingkan emas dengan EUR/USD karena keduanya ada di platform yang sama. Angkanya sangat berbeda, dan perbedaan itu menentukan seberapa besar risiko yang muat di akun kecil.

Ukuran	EUR/USD (khas)	XAUUSD (khas)
Rentang harian	\$0,50 – \$1,50	\$15 – \$40
Rentang sesi Asia	\$0,20 – \$0,50	\$5 – \$12

Rentang overlap London–NY	\$0,80 – \$2,00	\$10 – \$25
Spread normal	\$0,0001 – \$0,0002	\$0,15 – \$0,30
Spread saat rilis data	melebar sementara	\$1,00 – \$5,00 sesaat

Artinya: pergerakan \$2,00 di emas dalam satu jam bukan kejadian langka — itu hari biasa saat sesi London atau New York aktif. Pergerakan \$2,00 di EUR/USD hampir tidak pernah terjadi dalam sehari. Spread emas saja sudah setara dengan target untung scalping di pair mayor.

Jam paling aktif emas di kalender Indonesia: sesi London (sekitar pukul 14.00–19.00 WIB), sesi New York (sekitar pukul 19.00–04.00 WIB), dan overlap keduanya (pukul 19.00–23.00 WIB) — rentang waktu di mana volume institusi paling besar masuk. Di luar jam itu, rentang harian sering menyempit; spread bisa melebar karena likuiditas tipis.

Untuk latihan tanpa risiko, bandingkan satu hari kerja: catat rentang emas dan rentang EUR/USD di rentang waktu H1 selama overlap (19.00–23.00 WIB) versus jam Asia (08.00–12.00 WIB). Perbedaan rentang dan spread antara kedua rentang itu menjelaskan mengapa banyak pemula rugi saat trading di jam sepi — bukan karena strategi salah, tapi karena memilih waktu di mana emas bergerak sempit sementara biaya transaksi tetap besar.

Spread \$0,25 pada target untung scalping \$2,00 memakan 12,5% target sebelum harga bergerak sedikit pun. Di EUR/USD, spread sering di bawah 1% dari target harian. Itu sebabnya modal minimum emas (BAGIAN 3) lebih tinggi daripada pair mayor — bukan snobisme, tapi aritmetika biaya.

Modal minimum untuk scalping emas dengan risiko 2% mulai sekitar \$50–\$150 (SL \$1,00–\$3,00) — angka yang jauh di atas rekomendasi "mulai trading \$10" di internet. BAGIAN 3 Bab 4 membahas tabel lengkapnya; bab ini memberi konteks mengapa angka itu tidak negotiable.

Empat kelompok pemain institusi di bab berikutnya — bank bulion, penambang, bank sentral, dana indeks — bertransaksi dengan tujuan yang berbeda dari trader ritel. Mereka tidak "melawan" akunmu; mereka mengejar arbitrase, lindung nilai produksi, cadangan jangka panjang, atau aliran dana produk investasi. Saat harga bergerak \$15 dalam lima menit saat rilis data, itu eksekusi skala mereka, bukan broker yang sengaja mengambil posisimu. Memahami perbedaan ini mencegah kamu salah fokus: masalah bukan broker sebagai lawan, tapi apakah setupmu masuk di waktu dan lokasi yang masih sah setelah arus besar selesai.

Contoh praktis

Misalnya XAUUSD bergerak dari 2.050,00 ke 2.052,00. Itu pergerakan **\$2,00**. Kalau kamu pakai lot 0.10 di akun \$100, satu pergerakan itu setara dengan \$20 (20% akun) **hanya dalam beberapa menit**.

Pergerakan \$2,00 seperti itu biasa terjadi beberapa kali dalam sehari.

POIN KUNCI

- Emas menguntungkan bagi yang sabar, mematikan bagi yang serakah. Untung dan rugi berbanding lurus dengan ukuran pergerakan harga.
- XAUUSD = harga emas per troy oz dalam dolar; volatilitas harian \$15–\$40 normal.
- Spread lebih lebar dari pair forex mayor; sesi paling aktif saat London dan New York buka, terutama overlap pukul 19.00–23.00 WIB.
- Lot besar di akun kecil berarti satu pergerakan kecil bisa menghapus sebagian besar modal dalam hitungan menit.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya paham XAUUSD itu apa
- ☐ Saya tahu jam paling aktif emas (sesi London dan New York)
- ☐ Saya paham kenapa emas lebih volatil daripada pair forex biasa
- ☐ Saya siap dengan kenyataan bahwa emas tidak cocok untuk lot besar di akun kecil

LATIHAN

Latihan 1 — Ukur pergerakan harian tanpa masuk posisi. Buka grafik XAUUSD rentang waktu H1, tampilkan 5 hari terakhir, dan catat:

Hari 1 – rentang tertinggi–terendah : \$ _____
 Hari 2 – rentang tertinggi–terendah : \$ _____
 Hari 3 – rentang tertinggi–terendah : \$ _____
 Hari 4 – rentang tertinggi–terendah : \$ _____
 Hari 5 – rentang tertinggi–terendah : \$ _____
 Rata-rata harian : \$ _____

Kalau rata-ratanya di atas \$15, itu volatilitas normal emas — bukan "hari yang aneh".

Latihan 2 — Hitung dampak satu pergerakan ke akunmu. Isi modal dan lot yang kamu rencanakan, lalu hitung kerugian jika harga bergerak \$2,00 melawan posisimu:

Modal saya : \$ _____
 Lot yang saya rencanakan: _____
 Kerugian jika -\$2,00 : \$ _____ (= lot × 100 × 2)
 Persen dari modal : _____%

Kalau persennya di atas 5%, lot atau modalmu perlu disesuaikan sebelum trading nyata.

BAB 1.2

CARA KERJA PASAR EMAS: SIAPA LAWANMU

Banyak pemula trading tanpa tahu **siapa lawan mainnya** dan **dari mana harga datang**. Tanpa itu, setiap pergerakan tiba-tiba terasa personal — padahal hampir selalu berasal dari keputusan pemain yang jauh lebih besar darimu.

Pasar forex (termasuk emas) adalah pasar **OTC (over the counter)** — tidak ada bursa pusat seperti saham. Pelaku pasar:

1. **Bank besar** — pemain terbesar, mengeksekusi order institusional
2. **Hedge fund dan institusi** — likuiditas besar, reaksi cepat terhadap berita
3. **Broker ritel** — tempat trader pemula seperti kita bertransaksi
4. **Trader ritel** — porsi paling kecil di pasar

Fakta penting: Trader ritel hanya menyumbang 5–6% dari total volume forex global. Kita ikut arus, bukan mengontrolnya.

Broker bukan lawanmu dalam arti "broker menang kalau kamu rugi" — itu mitos yang terlalu disederhanakan. Yang kamu hadapi adalah **pasar**: ribuan pesanan dari pihak dengan tujuan berbeda, dieksekusi melalui jaringan bank dan broker. Broker hanya memfasilitasi aksesmu ke pasar itu.

Siapa saja yang bertransaksi di pasar emas

Selain trader ritel, empat kelompok ini bergerak rutin dan masing-masing mengejar sesuatu yang berbeda:

1. **Bank bulion dan dealer emas** Bank besar memperdagangkan emas fisik dan kontrak untuk klien institusi, arbitrase harga antar pasar, dan manajemen inventori. Mereka mengejar selisih harga dan memenuhi pesanan besar tanpa memindahkan pasar terlalu jauh. Pergerakan tajam saat rilis data sering berasal dari eksekusi cepat kelompok ini.
2. **Penambang emas** Perusahaan tambang memproduksi emas dengan biaya tetap. Kalau harga jual di pasar turun di bawah biaya produksi, mereka rugi operasional. Banyak penambang **melindungi harga jual** dengan kontrak berjangka: mengunci harga jual di depan supaya penurunan sementara tidak menghancurkan arus kas. Saat penambang massal melindungi harga, tekanan jual bisa muncul di level tertentu — bukan karena "pasar jahat", tapi karena kebutuhan bisnis mereka.
3. **Bank sentral** Bank sentral berbagai negara menyimpan emas sebagai cadangan. Beberapa membeli emas tahunan untuk mendiversifikasi cadangan dari ketergantungan pada satu mata uang. Pembelian bank sentral lambat tapi konstan — ia menaruh rantai permintaan yang tidak peduli grafik harian.
4. **Dana indeks dan ETF emas** Produk seperti ETF emas membeli emas fisik atau kontrak setiap kali investor ritel membeli unit dana. Aliran masuk dan keluar dana ini bisa menggerakkan harga harian tanpa ada "trader" individual di baliknya — cukup aliran modal masuk atau keluar produk investasi.

Kesimpulan praktis: kalau harga tiba-tiba lonjak \$15 dalam lima menit, bukan broker yang "memanipulasi" chartmu. Bank, dana, atau penambang sedang mengeksekusi keputusan skala besar. Tugasmu bukan melawan mereka, tapi **membaca kapan arus besar selesai** dan apakah setupmu masih sah — topik BAGIAN 2.

Latihan singkat: Saat rilis NFP atau CPI, buka grafik tanpa masuk posisi. Perhatikan apakah pergerakan \$10–\$20 terjadi dalam lima menit pertama atau menyebar sepanjang jam. Pergerakan cepat di awal biasanya bank dan dana; pergerakan lambat sepanjang hari sering posisi yang mengejar arah setelah fakta. Membedakan keduanya membantu kamu tidak salah menyalahkan broker untuk lonjakan yang sebenarnya eksekusi institusi.

Broker ritel mengalirkan ordermu ke penyedia likuiditas (LP) — bank atau institusi yang membuat pasar. Spread yang kamu bayar sebagian menjadi pendapatan broker dan LP. Mereka tidak "menentukan" harga emas; mereka mengutip harga dari pasar interbank. Kalau harga di chart berbeda dari harga di berita emas fisik, selisihnya biasanya delay kuotasi atau spread melebar, bukan konspirasi terhadap akunmu saja.

Bagaimana harga emas terbentuk?

- Permintaan dan penawaran emas fisik serta kontrak berjangka
- Nilai tukar USD (USD naik → emas turun, umumnya)
- Data ekonomi Amerika: **NFP** (data pekerjaan, tiap Jumat pertama), **CPI** (data inflasi, bulanan), dan **FOMC** (keputusan suku bunga, delapan kali setahun). Ketiganya dibahas di BAGIAN 6.
- Sentimen *risk-on / risk-off* — saat pasar takut, uang mengalir ke aset aman

Saat kamu melihat grafik, ingat urutan ini: bank dan dana mengeksekusi order besar terlebih dahulu; broker mengalirkan pesananmu ke penyedia likuiditas; trader ritel masuk terakhir dan paling kecil porsinya. Kalau harga lonjak \$10 lalu balik dalam 30 menit, kemungkinan besar itu penyapuan likuiditas (BAGIAN 2 Bab 4), bukan "broker curang". Tugasmu bukan memenangkan pertarungan melawan institusi, tapi menunggu arus besar selesai dan hanya masuk saat struktur serta risikomu masih selaras.

Contoh praktis

Saat data NFP (Non-Farm Payroll) AS rilis hari Jumat malam (waktu Indonesia), emas bisa bergerak \$10,00 dalam lima menit. Bukan karena kamu, bukan karena broker — tapi karena **bank-bank besar mengeksekusi miliaran dolar** dalam hitungan detik.

POIN KUNCI

- Pasar emas OTC: tidak terpusat, harga terbentuk dari permintaan dan penawaran global.
- Trader ritel hanya 5–6% volume — tugasmu mengikuti arus, bukan melawannya.
- Harga emas sangat sensitif terhadap data USD dan kebijakan bank sentral Amerika.
- Pergerakan besar saat rilis data berasal dari institusi, bukan dari trader ritel.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya paham pasar forex itu OTC, bukan terpusat
- ☐ Saya tahu siapa pemain besar di pasar
- ☐ Saya paham emas sangat sensitif terhadap data USD
- ☐ Saya tidak akan trading saat rilis data besar tanpa rencana

LATIHAN

Latihan 1 — Tandai tiga rilis data mendatang. Buka kalender ekonomi, cari NFP, CPI, dan FOMC untuk bulan ini, lalu isi:

NFP — tanggal : _____ jam (WIB) : _____
CPI — tanggal : _____ jam (WIB) : _____
FOMC — tanggal : _____ jam (WIB) : _____

Simpan daftar itu. BAGIAN 6 menjelaskan apa yang dilakukan pada hari-hari tersebut.

Latihan 2 — Amati pergerakan saat sesi overlap. Pada hari kerja, buka grafik XAUUSD M15 pukul 19.00–23.00 WIB selama tiga hari berturut. Catat tanpa masuk posisi:

Hari 1 — pergerakan terbesar dalam 1 jam : \$ _____
Hari 2 — pergerakan terbesar dalam 1 jam : \$ _____
Hari 3 — pergerakan terbesar dalam 1 jam : \$ _____
Spread rata-rata saat itu : \$ _____

Bandingkan dengan jam di luar rentang itu. Perbedaannya menunjukkan mengapa sesi overlap disebut jam paling aktif di BAGIAN 5 Bab 4.

BAB 1.3

APA YANG MENGGERAKKAN HARGA EMAS

Dua bab sebelumnya menjelaskan apa yang kamu perdagangkan dan siapa saja yang ada di pasar yang sama. Bab ini menjawab pertanyaan berikutnya: **kalau harga emas naik atau turun, apa yang menyebabkannya?**

Perlu satu peringatan di depan, supaya bab ini dipakai dengan benar. Yang ada di sini **bukan alat untuk memutuskan masuk atau keluar**. Tidak ada satu pun isi bab ini yang bisa memberitahumu apa yang akan dilakukan harga besok. Fungsinya lebih sempit: membuatmu paham apa yang sedang kamu lihat ketika harga bergerak jauh tanpa sebab yang tampak di grafik, dan mencegahmu menyimpulkan hal yang salah dari berita.

Keputusan masuk dan keluar dibuat dari struktur harga (BAGIAN 2) dan aturan risiko (BAGIAN 3). Bab ini latar belakangnya.

Emas berbeda dari hampir semua yang lain

Satu perbedaan menjelaskan sebagian besar perilaku harga emas: **emas tidak menghasilkan apa pun**.

Saham perusahaan bisa membagikan dividen. Obligasi negara membayar bunga. Properti bisa disewakan. Emas hanya duduk. Satu batang emas hari ini tetap satu batang emas sepuluh tahun lagi, tidak bertambah, dan menyimpannya justru menimbulkan biaya.

Konsekuensinya besar. Kalau kamu memilih menyimpan emas, kamu melepaskan bunga yang bisa kamu dapatkan dari menyimpan uang di tempat lain. Yang dilepaskan itu disebut **biaya kesempatan** — nilai dari pilihan terbaik yang tidak kamu ambil.

Dari sini muncul penggerak nomor satu.

Penggerak 1 — Suku bunga riil

Ketika bunga yang bisa didapat dari menyimpan dolar naik, biaya kesempatan memegang emas naik, dan emas jadi kurang menarik. Ketika bunga turun, kebalikannya.

Yang penting bukan bunga apa adanya, tapi **bunga setelah dikurangi inflasi** — disebut suku bunga riil. Alasannya sederhana:

Bunga simpanan 5%, inflasi 2% → daya beli bertambah 3% → emas kalah
Bunga simpanan 5%, inflasi 7% → daya beli berkurang 2% → emas menang

Baris kedua adalah keadaan yang membuat orang berpindah ke emas: uangnya tetap bertambah secara angka, tapi berkurang secara daya beli. Emas tidak membayar bunga, tapi ia juga tidak kehilangan daya beli sebanyak itu.

Karena itu, kalimat "inflasi naik jadi emas naik" sering keliru. Yang menentukan bukan inflasinya sendiri, tapi apakah bunga naik lebih cepat daripada inflasi. Pada 2022 inflasi Amerika tinggi dan emas

justeru tertekan, karena bank sentralnya menaikkan bunga lebih cepat lagi.

Praktisnya, inilah kenapa **keputusan bank sentral Amerika menjadi kejadian tunggal paling menggerakkan harga emas**. Yang digerakkannya bukan angka bunga hari itu, tapi perkiraan pasar tentang bunga beberapa bulan ke depan. BAGIAN 6 membahas cara menghadapi hari-hari itu.

Penggerak 2 — Nilai dolar Amerika

Harga emas dinyatakan dalam dolar. Kalau dolar sendiri berubah nilainya terhadap mata uang lain, angka harga emas berubah walau emasnya tidak berubah nilai.

Dolar melemah	→	butuh lebih banyak dolar untuk emas yang sama	→	harga naik
Dolar menguat	→	butuh lebih sedikit dolar	→	harga turun

Ini sebabnya emas dan dolar sering bergerak berlawanan. Tapi kata "sering" perlu dipegang: hubungan ini **tidak berlaku setiap hari**. Saat pasar sedang panik, dolar dan emas bisa naik bersamaan, karena keduanya dicari sebagai tempat berlindung.

Kesimpulan praktisnya bukan "pantau dolar untuk menebak emas". Kesimpulannya: kalau emas bergerak jauh tanpa sebab yang terlihat, salah satu kemungkinannya adalah yang bergerak sebenarnya dolar.

Penggerak 3 — Pembelian bank sentral

Ini penggerak yang paling lambat dan paling sering dilewatkan.

Bank sentral berbagai negara menyimpan cadangan devisa, dan sebagian dari cadangan itu berupa emas. Beberapa tahun terakhir, bank-bank sentral — terutama di negara berkembang — membeli emas dalam jumlah besar, sekitar seribu ton setahun.

Untuk merasakan skalanya: produksi tambang emas dunia sekitar tiga ribu enam ratus ton setahun. Artinya pembelian bank sentral menyerap sekitar seperempat seluruh emas baru yang keluar dari tanah.

Pembelian sebesar itu tidak menggerakkan harga dalam satu hari. Yang dilakukannya lebih dalam: ia menaruh rantai permintaan yang tidak peduli pada suku bunga, karena alasan pembeliannya bukan mencari keuntungan, tapi mengurangi ketergantungan pada dolar.

Ini juga alasan kenapa emas beberapa kali naik pada periode ketika suku bunga riil seharusnya menekannya. Penggerak pertama masih berlaku, tapi ada pembeli yang tidak mendengarkannya.

Penggerak 4 — Pelarian ke tempat aman

Saat terjadi perang, krisis perbankan, atau kepanikan pasar, sebagian uang berpindah ke aset yang dianggap tidak bisa gagal. Emas salah satunya, dan ini yang menyebabkan lonjakan tajam dalam hitungan jam.

Dua hal yang perlu kamu ketahui tentang lonjakan jenis ini, dan keduanya praktis:

- **Ia datang tanpa jadwal.** Tidak ada kalender untuk perang. Karena itu memegang posisi besar melewati akhir pekan punya risiko yang tidak bisa kamu ukur; BAGIAN 5 membahasnya.
- **Ia sering dibatalkan.** Lonjakan kepanikan yang tidak diikuti perubahan mendasar biasanya kembali ke tempat asalnya dalam beberapa hari sampai beberapa minggu.

Yang kedua itu penting karena mengoreksi kesimpulan yang paling mudah diambil: "ada berita buruk, jadi beli emas". Berita buruk memang mendorong harga naik, tapi kalau kamu masuk setelah lonjakannya, kamu masuk di tempat yang paling mungkin ditinggalkan.

Penggerak 5 — Permintaan fisik

Emas juga dibeli untuk dipakai, bukan disimpan sebagai cadangan. Perhiasan menyerap bagian terbesar, dan dua negara — India dan Cina — menyumbang sekitar separuh permintaan perhiasan dunia.

Permintaan ini punya musim: naik menjelang musim pernikahan dan hari raya di India, dan menjelang Tahun Baru Cina. Pengaruhnya pada harga nyata tapi kecil dibandingkan empat penggerak sebelumnya, dan tidak bisa dipakai untuk apa pun dalam skala harian.

Sisi pasokan bahkan lebih lambat lagi. Membuka tambang emas baru butuh sepuluh tahun atau lebih, jadi pasokan tahunan hampir tidak berubah dari tahun ke tahun. Ini satu alasan lagi kenapa harga emas hampir selalu digerakkan oleh sisi permintaan.

Kenapa ini tidak bisa dipakai untuk menebak arah

Ini bagian penutup yang paling penting, karena banyak orang membaca bab semacam ini lalu mencoba memakainya untuk memutuskan beli atau jual. Tiga alasan kenapa itu tidak berhasil.

Semuanya bekerja bersamaan, kadang berlawanan. Suku bunga riil bisa menekan sementara bank sentral membeli. Yang menang tidak bisa dihitung dari luar.

Harga sudah bergerak sebelum kamu tahu. Ketika informasi sampai ke berita, ia sudah ada di harga. Pelaku besar bertransaksi berdasarkan perkiraan, bukan pengumuman.

Arah yang benar tidak menyelamatkan posisi yang ukurannya salah. Ini yang paling menentukan. Kamu bisa benar bahwa emas akan naik tahun ini, dan tetap kehilangan seluruh akun bulan depan karena satu penurunan sementara yang lebih besar daripada jarak stop loss-mu. BAGIAN 3 menjelaskan aritmetikanya.

Jadi pakai bab ini untuk satu hal: memahami. Bukan untuk memutuskan.

POIN KUNCI

Cara paling berguna menyusun kelima penggerak bukan berdasarkan besarnya, tapi berdasarkan **seberapa cepat ia mengubah harga**. Ini yang menentukan apakah ia berhubungan dengan cara kamu trading.

Penggerak	Kecepatan	Terasa di grafik	Berguna untuk
Perkiraan suku bunga	Detik sampai jam	Lonjakan di hari rilis data	Tahu kapan tidak trading
Nilai dolar	Jam sampai hari	Arah harian yang tidak jelas sebabnya	Memahami, bukan memutuskan
Pelarian ke tempat aman	Menit, tanpa jadwal	Lonjakan tajam lalu sering kembali	Aturan akhir pekan
Pembelian bank sentral	Bulan sampai tahun	Tidak terasa	Konteks jangka panjang
Permintaan fisik	Musiman	Hampir tidak terasa	Tidak untuk apa pun

Perhatikan kolom terakhir. Hanya baris pertama dan ketiga yang mengubah tindakanmu,

dan keduanya mengubahnya ke arah yang sama: **menghindari waktu tertentu**, bukan

memilih arah.

- Emas tidak menghasilkan apa pun, jadi memegangnya berarti melepaskan bunga. Itu dasar dari penggerak utamanya.
- Penggerak terkuat adalah suku bunga riil — bunga setelah dikurangi inflasi — dan yang menggerakkannya perkiraan bunga ke depan, bukan angka hari ini.
- "Inflasi naik jadi emas naik" sering keliru. Yang menentukan apakah bunga naik lebih cepat daripada inflasi.
- Emas dinilai dalam dolar, jadi sering bergerak berlawanan dengan dolar — tapi tidak setiap hari.
- Bank sentral membeli sekitar seribu ton setahun, sekitar seperempat produksi tambang dunia. Ini lantai permintaan yang tidak peduli suku bunga.
- Lonjakan pelarian ke tempat aman datang tanpa jadwal dan sering kembali ke tempat asalnya.
- Permintaan fisik dan pasokan tambang terlalu lambat untuk berpengaruh secara harian.
- Dari lima penggerak, hanya dua yang mengubah tindakanmu — dan keduanya mengubahnya menjadi "hindari waktu tertentu", bukan "pilih arah ini".
- Bab ini untuk memahami, bukan memutuskan. Keputusan datang dari BAGIAN 2 dan BAGIAN 3.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menjelaskan kenapa emas yang tidak menghasilkan apa pun tetap dicari
- ☐ Saya tahu bedanya suku bunga biasa dan suku bunga riil
- ☐ Saya tidak lagi mengira inflasi naik otomatis berarti emas naik
- ☐ Saya tahu hubungan emas dan dolar tidak berlaku setiap hari
- ☐ Saya tahu kelima penggerak dan kecepatan masing-masing
- ☐ Saya tidak memakai bab ini untuk memutuskan arah posisi

LATIHAN

Latihan 1 — Cocokkan satu pergerakan besar dengan sebabnya. Buka grafik harian emas, cari satu hari dengan pergerakan lebih dari \$30, dan catat tanggalnya. Cari berita ekonomi hari itu, lalu isi:

Tanggal : _____
 Pergerakan hari itu : \$ _____
 Berita yang saya temukan : _____
 Penggerak nomor berapa : _____
 Apakah arahnya sesuai penjelasan? : Ya / Tidak

Kalau jawaban terakhir "tidak", itu bukan tanda kamu salah membaca. Itu tanda bahwa beberapa penggerak sedang bekerja berlawanan, dan itu justru inti dari bagian penutup bab ini.

Latihan 2 — Uji sendiri hubungan emas dan dolar. Buka grafik emas dan grafik indeks dolar (banyak platform menyebutnya DXY) berdampingan, rentang waktu harian, 20 hari terakhir. Hitung:

Jumlah hari keduanya bergerak berlawanan : _____ dari 20
 Jumlah hari keduanya bergerak searah : _____ dari 20

Angka kedua hampir selalu lebih dari nol, dan itu jawabannya atas kenapa hubungan ini tidak bisa jadi dasar keputusan.

Latihan 3 — Tandai hari yang harus dihindari. Cari kalender ekonomi, dan tulis tanggal rapat bank sentral Amerika untuk tiga bulan ke depan:

_____, _____, _____

Simpan daftar itu. Inilah satu-satunya hal dari bab ini yang langsung mengubah tindakanmu, dan BAGIAN 6 menjelaskan apa yang dilakukan dengannya.

BAGIAN 2

MEMBACA CHART: PERGERAKAN HARGA XAUUSD

11 BAB

BAB 2.1**STRUKTUR PASAR: RANGKA DI BALIK PERGERAKAN**

Struktur pasar — pola puncak dan lembah yang dibentuk harga — adalah bahasa dasar grafik. Sebelum kamu memasang order, menarik garis, atau membaca lilin, kamu harus tahu fase apa yang sedang dimainkan pasar.

Tanpa struktur, kamu trading tanpa peta. Dengan struktur, kamu punya arah.

Tiga fase yang selalu berulang

Pasar hanya bergerak dalam tiga fase. **Tren naik** (struktur bullish) ditandai oleh HH (Higher High, puncak lebih tinggi) dan HL (Higher Low, lembah lebih tinggi). **Tren turun** (struktur bearish) ditandai oleh LH (Lower High, puncak lebih rendah) dan LL (Lower Low, lembah lebih rendah). **Range** (konsolidasi) terjadi saat puncak setara (EH) dan lembah setara (EL) terbentuk, atau harga zigzag dalam zona sempit tanpa arah jelas.

Cara menandai HH, HL, LH, dan LL**Langkah 1: tandai puncak dan lembah ayunan**

Swing high adalah puncak lokal: titik tertinggi yang lebih tinggi dari minimal tiga lilin di kiri dan kanannya. **Swing low** adalah lembah lokal: titik terendah yang lebih rendah dari minimal tiga lilin di kiri dan kanannya.

Buka grafik XAUUSD H4. Susuri dari kiri ke kanan, dan tandai setiap swing high dan swing low yang signifikan. Untuk praktik, gunakan alat garis horizontal di MT4: tarik garis di setiap swing high dan swing low yang signifikan.

Langkah 2: bandingkan antar ayunan

Setelah punya beberapa swing high dan swing low, bandingkan satu dengan yang sebelumnya. HH terbentuk saat swing high baru **lebih tinggi** dari swing high sebelumnya. HL terbentuk saat swing low baru **lebih tinggi** dari swing low sebelumnya. LH terbentuk saat swing high baru **lebih rendah** dari swing high sebelumnya. LL terbentuk saat swing low baru **lebih rendah** dari swing low sebelumnya.

Langkah 3: tentukan fase pasar

Tren naik dianggap sah jika ada minimum **2 HH dan 2 HL** berurutan. Tren turun dianggap sah jika ada minimum **2 LH dan 2 LL** berurutan. Range berarti harga bergerak naik-turun di antara batas atas dan batas bawah yang sama tanpa menembus keluar. Menembus keluar dari batas itu disebut **breakout**; BAGIAN 2 Bab 7 membahas kenapa penembusan di emas sering palsu.

Menelusuri contoh: struktur tren naik

Bayangkan kamu buka grafik XAUUSD H4 dan dari kiri ke kanan kamu lihat:

Mulai di harga 2000 (titik A), harga naik ke 2030 (titik B, swing high). Lalu turun ke 2010 (titik C, swing low). Lalu naik lagi ke 2060 (titik D, swing high baru). Lalu turun ke 2025 (titik E, swing low baru). Lalu naik ke 2090 (titik F, swing high terbaru).

Dari B (2030) ke D (2060) terbentuk **HH**, karena D lebih tinggi dari B. Itu HH pertama. Dari C (2010) ke E (2025) terbentuk **HL**, karena E lebih tinggi dari C. Itu HL pertama. Dari D (2060) ke F (2090) terbentuk **HH**, karena F lebih tinggi dari D. Itu HH kedua.

Kesimpulan: **2 HH dan 1 HL** terbentuk. **Tren naik sah.**

Aturan trader berpengalaman: Tidak ambil posisi jual saat pasar dalam tren naik sah. Cari peluang beli saat pullback ke HL berikutnya.

Menelusuri contoh: struktur tren turun

Buka grafik, dari kiri ke kanan:

Mulai di 2100 (titik A), turun ke 2070 (titik B, swing low). Naik ke 2090 (titik C, swing high). Turun ke 2040 (titik D, swing low baru). Naik ke 2065 (titik E, swing high baru). Turun ke 2010 (titik F, swing low terbaru).

Dari B (2070) ke D (2040) terbentuk **LL**, karena D lebih rendah dari B. Itu LL pertama. Dari C (2090) ke E (2065) terbentuk **LH**, karena E lebih rendah dari C. Itu LH pertama. Dari D (2040) ke F (2010) terbentuk **LL**, karena F lebih rendah dari D. Itu LL kedua.

Kesimpulan: **2 LL dan 1 LH** terbentuk. **Tren turun sah.**

Aturan: Tidak ambil posisi beli. Cari peluang jual saat reli ke LH berikutnya.

BOS dan CHoCH: dua sinyal yang harus kamu bedakan

BOS (Break of Structure, tembusan struktur) mengonfirmasi kelanjutan tren. Dalam tren naik, BOS bullish terjadi saat harga membuat **HH baru** — tren naik kemungkinan berlanjut. Dalam tren turun, BOS bearish terjadi saat harga membuat **LL baru** — tren turun kemungkinan berlanjut.

CHoCH (Change of Character, perubahan karakter) mengisyaratkan kemungkinan pembalikan. Dalam tren naik, CHoCH bearish muncul saat harga membuat **LL pertama** setelah rangkaian HH/HL — tren naik mungkin berakhir. Dalam tren turun, CHoCH bullish muncul saat harga membuat **HH pertama** setelah rangkaian LL/LH — tren turun mungkin berakhir.

Dua konsep ini membedakan trader pemula dari yang berpengalaman.

Menelusuri contoh: mengenali CHoCH di emas

Buka grafik XAUUSD. Skenario:

Emas dalam tren naik H4: terakhir di 2100, 2120 (HH), pullback ke 2105 (HL), naik ke 2140 (HH), pullback ke 2115 (HL). Sampai sini tren naik sah.

Lalu harga gerak ke 2155 — coba membuat HH baru. Tapi gagal, harga turun tajam ke 2098.

*Apa yang terjadi? Harga membuat **LL pertama** (2098 lebih rendah dari HL sebelumnya 2115). Ini **CHoCH bearish** — sinyal awal kemungkinan pembalikan tren naik.*

Tindakan: Trader berpengalaman tidak beli lagi sampai struktur jelas. Tunggu konfirmasi: apakah harga lanjut membuat LH dan LL berikutnya?

Struktur besar versus struktur kecil

Struktur **eksternal** ada di rentang waktu besar (H4, Daily). Ia menentukan tren besar dan arah trading utama. Struktur **internal** ada di rentang waktu kecil (H1, M15). Ia menunjukkan pergerakan di dalam struktur eksternal, dan dipakai untuk menentukan waktu entry.

Aturan emas: Trading searah struktur eksternal; gunakan struktur internal untuk waktu entry.

Contoh: struktur eksternal (H4) masih tren naik, jadi arah hanya beli. Struktur internal (M15) sedang pullback — tunggu CHoCH bullish di M15 sebagai pemicu. Entry beli saat M15 mengonfirmasi pembalikan pullback.

Apa yang membuat struktur emas berbeda

Berbeda dari pair forex umum, emas punya karakteristik khas yang perlu kamu ingat.

Pertama, **ekor lebih dominan**. Emas sering **lonjakan palsu dengan ekor panjang** sebelum arah sebenarnya terlihat. Swing high atau low dengan ekor besar sering menandai **sapuan likuiditas** (BAGIAN 2 Bab 4). Tidak semua ekor layak dianggap swing sah — perlu konfirmasi penutupan badan lilin.

Kedua, **struktur mini di tengah tren**. Dalam tren naik besar, emas sering membentuk **mini tren turun** di M15. Mini tren turun itu bukan berarti tren besar sudah berbalik — konfirmasi struktur eksternal dulu.

Ketiga, **BOS palsu sangat sering**. Emas sering **menembus level \$0,50–\$1,00** lalu langsung berbalik. BOS sah harus punya penutupan badan di luar level, plus konfirmasi minimal \$1,50–\$2,00. Tembusan ekor saja **bukan** BOS sah.

Keempat, **struktur terbentuk cepat**. Emas bisa membentuk **lima swing dalam satu sesi London**. Pemula sebaiknya mulai dari rentang waktu **lebih besar** (H4) sebelum turun ke H1/M15. Zoom in terlalu cepat hanya menampilkan riak harga yang tidak berarti.

Kesalahan yang sering terjadi

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Hanya memakai badan lilin, mengabaikan ekor	Puncak/lembah terlewat di emas	Pakai penutupan badan dan ekor untuk menandai swing

Hanya melihat M15 tanpa cek H4	Trading melawan arah besar	Tentukan arah dari rentang waktu besar dulu
Setiap tembusan langsung dianggap BOS	Banyak sinyal palsu	BOS sah butuh penutupan di luar level plus uji ulang
Struktur tidak diperbarui	Analisis basi	Perbarui swing setelah pergerakan signifikan

Rutin lima menit baca struktur di MT4

Setiap kali buka grafik XAUUSD, luangkan lima menit untuk rutin ini.

Pada **menit pertama**, buka H4. Identifikasi **3 swing high** dan **3 swing low** terakhir, lalu tarik garis horizontal di masing-masing. Pada **menit kedua**, tentukan **fase pasar H4**: tren naik, tren turun, atau range, lalu tulis di jurnal. Pada **menit ketiga**, cek **HH/HL/LH/LL terakhir** — apakah ada CHoCH? Apakah BOS terbaru? Pada **menit keempat**, buka H1 dan bandingkan dengan H4: apakah keduanya sejalan atau berbeda arah? Pada **menit kelima**, tentukan **arah trading hari ini** berdasarkan H4 dominan, lalu tulis: "Arah hari ini: _____"

POIN KUNCI

- Struktur pasar memberi tahu apakah harga sedang naik (HH/HL), turun (LH/LL), atau bergerak sempit (range).
- BOS mengonfirmasi kelanjutan tren; CHoCH mengisyaratkan kemungkinan pembalikan.
- Struktur eksternal (H4/Daily) menentukan arah; struktur internal (M15/H1) untuk waktu masuk.
- Di emas, tembusan ekor saja bukan BOS sah — butuh penutupan badan dan konfirmasi minimal \$1,50–\$2,00.
- Lima menit membaca struktur setiap pagi adalah fondasi semua bab berikutnya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah bisa menandai swing high dan swing low di grafik H4
- ☐ Saya sudah membedakan HH/HL dari LH/LL pada grafik yang sama
- ☐ Saya sudah membedakan BOS dari CHoCH sebelum membuka posisi
- ☐ Saya sudah menentukan arah dari H4 sebelum turun ke M15
- ☐ Saya sudah melakukan rutin lima menit baca struktur setiap buka grafik

LATIHAN

Latihan 1 — Tandai struktur H4. Buka grafik XAUUSD H4, empat minggu ke belakang. Tandai minimal enam swing high dan enam swing low. Tulis urutan HH/HL atau LH/LL yang terbentuk:

No swing	Harga	Jenis (HH/HL/LH/LL)	Fase pasar saat itu
----------	-------	---------------------	---------------------

Hasil yang diharapkan: satu baris per swing, fase akhir tertulis tren naik, tren turun, atau range.

Latihan 2 — Cari CHoCH. Dari grafik yang sama, temukan satu CHoCH bearish dan satu CHoCH bullish (jika ada). Catat harga swing sebelum dan sesudah perubahan:

Tanggal	Harga HL/LL terakhir sebelum CHoCH	Harga setelah CHoCH	Arah
---------	------------------------------------	---------------------	------

Latihan 3 — Uji BOS vs ekor palsu. Hitung berapa kali harga menembus level \$0,50–\$1,00 dengan ekor saja tanpa penutupan badan, versus tembusan dengan badan menutup di luar level. Catat angka keduanya dalam lima belas hari terakhir di H4.

BAB 2.2**TREND: CARA MENGENALI DAN FASE-FASENYA**

Semua trader pernah dengar ungkapan "ikut arah tren". Tapi sedikit yang mendefinisikan tren secara objektif — bukan dari perasaan.

Akibatnya pemula sering salah mengklasifikasi arah, lalu masuk posisi berlawanan tren yang masih kuat.

Definisi objektif tren, bukan perasaan

Berdasarkan BAGIAN 2 Bab 1, kamu sudah tahu HH/HL dan LH/LL. Definisi objektifnya sederhana.

Tren naik sah jika ada minimum **2 HH** dan **2 HL** berurutan. Tren itu tetap sah sampai struktur berubah lewat CHoCH bearish. **Tren turun** sah jika ada minimum **2 LH** dan **2 LL** berurutan, dan tetap sah sampai CHoCH bullish muncul. **Range atau menyamping** terjadi saat tidak ada HH/HL atau LH/LL yang jelas — harga zigzag di antara level horizontal, dan arah pasar pada dasarnya menyamping.

Tanpa definisi objektif ini, kamu akan **condong** — selalu cari tren yang **kamu mau lihat**.

Tren berbeda di setiap rentang waktu

Tren berbeda di setiap rentang waktu. Emas bisa sekaligus **tren naik di Daily**, **tren turun di H4**, **tren naik di H1**, dan **tren turun di M15**. Semua itu terjadi **bersamaan**. Pemula bingung; trader berpengalaman tahu **mana yang dominan**.

Hierarki rentang waktu untuk emas

Daily (HTF, rentang waktu besar) memberi **arah jangka panjang** (mingguan). Trader swing memakainya untuk arah posisi. Update mingguan saja — jangan terlalu sering.

H4 (MTF, rentang waktu menengah) adalah **arah trading mingguan-harian**, dan yang **paling penting** untuk day trader emas. Update harian.

H1 (rentang waktu menengah bawah) menunjukkan **arah intraday** dan dipakai untuk timing setup. Update tiap sesi.

M15 (LTF, rentang waktu kecil) dipakai untuk **entry pemicu** dan waktu presisi. Hanya dipakai setelah HTF dan MTF sejalan.

Aturan: Arah dari HTF/MTF, entry dari LTF. **Jangan** tentukan arah dari M15; di rentang waktu itu yang terlihat hanya riak harga.

Analisis dari atas ke bawah

Cara baca grafik yang benar adalah **dari atas ke bawah** (top-down).

Langkah 1: Daily (lima menit analisa). Tentukan tren Daily: naik, turun, atau range. Catat level penting Daily yang dekat harga sekarang. Tulis arah seminggu ke depan.

Langkah 2: H4 (sepuluh menit analisa). Tentukan tren H4: naik, turun, atau range. Bandingkan dengan Daily — sejalan atau berbeda arah? Tandai swing high dan swing low H4 yang penting. Catat posisi harga sekarang di struktur H4.

Langkah 3: H1 (lima menit analisa). Tentukan tren H1: naik, turun, atau range. Apakah sejalan dengan H4? Apakah ada setup yang bisa diambil di H1?

Langkah 4: M15 (saat akan entry). Konfirmasi sinyal entry, cari pemicu lilin, lalu eksekusi.

Menelusuri contoh: analisis top-down emas

Skenario hari Senin pagi:

Harian: emas dalam tren naik (tiga HH dan tiga HL terakhir). **Resistance** — harga yang beberapa kali menghentikan kenaikan — ada di 2.200, dan **support** — harga yang beberapa kali menghentikan penurunan — di 2.050. Harga sekarang 2.150. Bab berikutnya membahas keduanya lengkap.

Arah Daily: tren naik. Cari peluang beli.

H4: Emas di H4 sedang **pullback dalam tren naik**. Terakhir HH di 2180, pullback ke 2140, sekarang di 2150. Belum jelas HL terbentuk.

Arah H4: Masih tren naik, tapi tunggu konfirmasi HL terbentuk.

H1: H1 sedang **range** antara 2140-2160. Belum ada arah jelas.

Tindakan: Tunggu. Belum ada setup. Cek lagi sore.

Sore Senin, harga turun ke 2138, lalu memantul kembali ke 2155. H1 sekarang menunjukkan **CHoCH bullish** (HH baru di 2155 dari LH sebelumnya 2150).

Tindakan: Sekarang setup terbentuk. Cek M15 untuk entry pemicu.

Lihat? Tanpa indikator, hanya dengan struktur dan tren, kamu sudah punya **arah dan timing**.

Kekuatan tren: kuat versus lemah

Tidak semua tren sama. Ada **tren kuat** dan **tren lemah**.

Tren kuat ditandai oleh HH (atau LL) yang **semakin jauh** dari HH (atau LL) sebelumnya. Pullback-nya **dangkal**, sekitar 10-30% dari ayunan sebelumnya. Lilin **searah tren** lebih banyak dan lebih besar dari lilin lawan arah. Harga **konsisten di atas EMA 50** (untuk tren naik) atau di bawahnya (untuk tren turun). Jika kamu memakai volume, tidak ada **perbedaan arah terhadap volume** yang mengkhawatirkan.

Tren lemah atau mulai habis ditandai HH/LL yang **berdekatan** (momentum berkurang). Pullback **dalam**, 50% atau lebih dari ayunan sebelumnya. Lilin besar **lawan arah** mulai muncul. Harga mulai

tembus EMA 50 atau **datar** di sekitarnya. Ada **penolakan** berulang di level resistance/support penting.

Perilaku tren khas emas

Tren naik emas sering cepat dan tajam. Akumulasi panjang diikuti breakout impulsif. Pullback cepat dan dangkal. Kalau kamu lewat entry awal, jangan kejar (FOMO).

Tren turun emas sering berkelok. Tidak mulus seperti turun saham. Ada banyak tarikan balik 30-50% sebelum lanjut turun. Sabar saat jual — sering kena pantulan palsu.

Range emas bisa lama. Setelah tren kuat, emas suka range 3-7 hari. Trader pemula bosan, ambil posisi melawan tren, lalu rugi. Range bukan musuh — itu **kesempatan untuk istirahat dan menyiapkan setup**.

Pembalikan tren emas sering punya CHoCH jelas. Pembalikan jarang mendadak — hampir selalu ada CHoCH di H4. Trader yang **disiplin menunggu CHoCH** melewatkan awal, tapi menghindari jebakan.

Kapan trading searah tren, kapan tidak

Trading searah tren punya peluang lebih tinggi saat HTF dan MTF sejalan (Daily dan H4 sama-sama naik), kekuatan tren tinggi (HH semakin jauh, pullback dangkal), setup terbentuk di **pullback** ke level penting (support di tren naik, resistance di tren turun), dan risk reward minimum 1:1.5.

Hindari melawan tren. Pemula sering tergoda: "harga sudah jauh, pasti berbalik arah." Statistik menunjukkan setup melawan tren punya persentase transaksi untung **30-40%** untuk pemula, dibanding setup searah tren **50-60%**. Hanya melawan tren kalau sudah ada **CHoCH jelas** di MTF.

Trading range boleh dilakukan kalau kamu bisa baca level dengan baik: beli di support range, jual di resistance range. Hati-hati — range bisa **breakout** kapan saja.

Kesalahan yang sering terjadi

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Menentukan tren hanya dari M15	Trading melawan H4	Cek Daily dan H4 dulu
Tren dari perasaan, bukan swing	Penilaian arah salah	Pakai HH/HL atau LH/LL objektif
Melawan tren tanpa CHoCH	Akun habis sebelum balik arah	Tunggu CHoCH di H4
Tidak memperbarui arah setelah CHoCH	Tetap masuk arah lama	Hentikan arah lama setelah CHoCH

Kenali tren dalam enam puluh detik

Setiap kali buka grafik, latihan ini:

Dari **detik 0 sampai 20**, tarik 3 swing high dan 3 swing low terakhir di H4. Dari **detik 20 sampai 40**, identifikasi: HH/HL, LH/LL, atau EH/EL? Dari **detik 40 sampai 60**, tulis di jurnal: "H4 trend:

"

Target: kurang dari 60 detik dengan akurat. Praktik 30 hari sampai otomatis.

POIN KUNCI

- Tren sah didefinisikan oleh HH/HL (naik) atau LH/LL (turun), bukan perasaan.
- Arah berbeda di setiap rentang waktu; arah utama diambil dari Daily dan H4.
- Analisis top-down: Daily → H4 → H1 → M15, bukan sebaliknya.
- Trading melawan tren tanpa CHoCH jelas punya peluang jauh lebih rendah.
- Enam puluh detik identifikasi tren setiap buka grafik membangun kebiasaan yang konsisten.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menulis arah H4 dengan HH/HL atau LH/LL sebelum masuk posisi
- ☐ Saya sudah melakukan analisis top-down dari Daily ke M15
- ☐ Saya sudah menilai apakah tren kuat atau mulai melemah
- ☐ Saya sudah menolak posisi melawan tren kecuali ada CHoCH di H4
- ☐ Saya sudah mencatat arah harian dalam jurnal dalam satu menit

LATIHAN

Latihan 1 — Top-down tiga hari. Tiga hari berturut-turut, buka Daily, H4, H1, dan M15. Tulis arah masing-masing tanpa melihat harga berikutnya:

Hari | Daily | H4 | H1 | M15 | Selaras? (Ya/Tidak)

Latihan 2 — Ukur kekuatan tren. Di grafik H4 dua minggu terakhir, ukur jarak antar HH berturut-turut dan kedalaman pullback (dalam dolar). Catat apakah HH makin jauh atau makin dekat:

HH ke-1 → HH ke-2 (\$) | Pullback (\$) | HH ke-2 → HH ke-3 (\$) | Tren kuat/lemah

Latihan 3 — Hitung frekuensi CHoCH. Satu bulan H4 ke belakang: berapa CHoCH bearish dan bullish yang terbentuk? Tulis angka keduanya.

BAB 2.3

SUPPORT, RESISTANCE, DAN KEY LEVEL

Support adalah zona harga tempat pembeli cenderung dominan sehingga harga sering memantul naik. **Resistance** adalah zona tempat penjual dominan sehingga kenaikan sering tertahan. Keduanya fondasi trading teknikal — tapi mayoritas trader salah menandainya, sehingga entry selalu meleset.

Bab ini memberi cara menandai support dan resistance yang sah khusus emas, dengan volatilitas dan ekor panjang yang khas.

Tiga hal perlu kamu ingat sejak awal. Support dan resistance **bukan garis tipis** — keduanya **zona** dengan lebar \$1–\$3 untuk emas. Peran keduanya **bisa berbalik**: resistance yang tembus bisa jadi support, dan sebaliknya. Level **sah** ditandai oleh **beberapa uji** dengan respons jelas.

Cara menandai support dan resistance yang benar

Langkah 1: buka grafik H4, bukan M15

Support dan resistance yang sah harus terlihat di **rentang waktu besar**. Di M15 yang terlihat hanya riak harga.

Langkah 2: cari titik balik yang penting

Cari titik di grafik H4 yang diuji minimal dua kali, dengan **penolakan lebih dari \$3** di setiap pengujian, dan masih **terbaru** (dalam 100 lilin terakhir — untuk emas sekitar 16 hari di H4).

Langkah 3: tarik garis horizontal

Pakai alat garis horizontal di MT4. Tarik **dari ekor, bukan badan** — karena emas sering menguji level dengan ekornya.

Langkah 4: konfirmasi di H1

Zoom ke H1. Pastikan level yang sama juga **dihormati** di H1.

Langkah 5: tandai sebagai zona, bukan garis tipis

Gunakan alat persegi. Lebar zona \$1–\$3 untuk emas, lebih lebar kalau pasar sangat bergerak.

Menelusuri contoh: menandai S/R di emas

Buka grafik XAUUSD H4. Skenario:

Lihat 100 lilin terakhir. Kamu perhatikan:

Harga 2100 tersentuh 3 kali dalam 3 minggu terakhir. Setiap uji, ada ekor penolakan \$3–\$5 ke atas. Ini level support sah di 2100.

Harga 2180 tersentuh 2 kali dalam 2 minggu. Setiap uji, ekor penolakan \$4 ke bawah. Ini level resistance sah di 2180.

Harga 2150 tersentuh **1 kali** dengan penolakan kecil. Hanya satu uji, masih lemah. **Tandai sebagai level berpotensi; perlu konfirmasi.**

Plot di grafik:

- Zona support: 2.099–2.101 (\$2 lebar di sekitar 2.100)
- Zona resistance: 2.179–2.181 (\$2 lebar di sekitar 2.180)
- Berpotensi: 2145-2155 (tandai dengan warna berbeda)

Support dan resistance di beberapa rentang waktu

Pemula menandai support dan resistance di **satu rentang waktu** saja. Yang berpengalaman menandainya di **beberapa rentang waktu**.

Daily menampung level besar yang aktif berbulan-bulan, sering diuji lima kali atau lebih, termasuk angka bulat (2000, 2100, 2200, dst.). Dipakai untuk **arah besar**.

H4 menampung level menengah yang aktif beberapa minggu, diuji dua sampai lima kali dalam 100 lilin terakhir. Dipakai untuk **level trading utama**.

H1 menampung level jangka pendek yang aktif beberapa hari, diuji dua sampai tiga kali dalam 50 lilin terakhir. Dipakai untuk **waktu entry**.

Aturan emas: Level yang sejalan di beberapa rentang waktu (muncul di Daily, H4, dan H1) adalah level paling kuat. Setup di level seperti itu punya peluang tinggi.

Konfluens: beberapa faktor bertemu di satu level

Konfluens berarti beberapa faktor sejalan di level yang sama. Semakin banyak konfluens, semakin kuat level itu.

Faktor konfluens yang dicari:

1. Support atau resistance **Daily dan H4** di area yang sama
2. **Swing high sebelumnya** yang sekarang jadi resistance (atau swing low yang jadi support)
3. **Angka bulat** (2000, 2100, 2150)
4. **Level psikologis** tempat ritel sering pasang order
5. **EMA 50 H4** yang sejalan dengan support/resistance horizontal
6. **Tembusan sebelumnya** yang membalik peran level

Contoh: level 2100 sekaligus support Daily, support H4, angka bulat, dan bekas resistance yang sudah tembus. Konfluens empat faktor — **sangat kuat**.

Pembalikan peran support dan resistance

Konsep paling penting:

Resistance yang tembus → menjadi support. Support yang tembus → menjadi resistance.

Penelusuran — pembalikan peran S/R di emas:

Emas tembus dari resistance 2150 dengan lilin bullish kuat. Menutup di 2160, ekor ke 2155.

*Beberapa hari kemudian, harga pullback ke 2150. Bukan tembus ke bawah — tapi **pantulan** dari 2150 yang sekarang berfungsi sebagai **support baru**.*

*Entry beli di 2150 berarti entry di level **pembalikan peran**. Peluang tinggi.*

Trader pemula sering melewatkan pembalikan peran karena mereka **tidak memperbarui peta mental** setelah tembusan.

Level sah versus level semu

Tidak semua "level" adalah support/resistance sah. Bedakan keduanya.

Level sah punya beberapa uji (≥ 2), penolakan jelas ($\geq \$3$ di emas), terlihat di H4 minimum, dan masih terbaru (dalam 100 lilin).

Level semu hanya diuji sekali, penolakannya kecil ($< \$2$), hanya terlihat di M15, atau sudah terlalu lama (> 200 lilin lalu).

Kalau ragu, anggap bukan level sah. Trading hanya di level yang **jelas-jelas sah**.

Jenis level khusus di emas

Daily Open / Previous Day High & Low. Daily Open (DO) — harga buka hari ini — sering jadi pivot intraday. Previous Day High (PDH), puncak kemarin, sering jadi resistance hari ini. Previous Day Low (PDL), dasar kemarin, sering jadi support hari ini. Tandai setiap pagi.

Weekly Open / High / Low. Untuk swing trader emas. Weekly Open (WO) — harga buka minggu — menunjukkan arah mingguan. Weekly High dan Low adalah ekstrem minggu lalu.

Angka bulat. 2000, 2050, 2100, 2150, 2200, dst. Ritel sering pasang order di level ini, sehingga zona likuiditas terbentuk. Emas sangat **menghormati** angka bulat, lebih dari pair forex.

Tertinggi dan terendah sesi. Rentang sesi Asia (00:00-08:00 WIB), rentang sesi London (15:00-23:00 WIB), dan rentang sesi New York (20:00-04:00 WIB). Setiap sesi yang menembus level sesi sebelumnya mengisyaratkan momentum.

EMA 50 H4 (support/resistance dinamis). Satu-satunya indikator yang playbook ini sarankan. EMA 50 sering jadi **level dinamis** dalam tren. Pullback ke EMA 50 yang sejalan dengan support/resistance horizontal memberi setup konfluens kuat.

Karakteristik support dan resistance emas

Uji dengan ekor dominan. Emas sering menguji level dengan **ekor**, bukan penutupan badan di level. Ekor penolakan \$3–\$5 menandakan penolakan kuat. Badan menutup menembus level tapi ekor balik menandakan tembusan palsu.

Sapuan likuiditas sering terjadi. Emas sering **menembus level \$0,50–\$1,50** lalu berbalik. Itu sapuan likuiditas (dibahas BAGIAN 2 Bab 4). Hindari stop loss terlalu rapat di level support/resistance.

Level bisa berkumpul. Beberapa level berdekatan (berjarak \$0,50–\$1,00) sebaiknya diperlakukan sebagai **satu zona** yang lebih lebar. Beri ruang cukup untuk stop loss dan take profit.

Level sah bertahan 3–7 hari. Emas cepat membuat level baru. Support/resistance yang aktif lebih dari 7 hari tanpa uji ulang mulai basi. Perbarui level setiap minggu.

Kesalahan yang sering terjadi

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Menandai S/R di M15 saja	Banyak level semu, entry meleset	Mulai dari H4 atau Daily
Garis tipis, bukan zona	Harga melewati garis \$0,10–\$0,20	Pakai zona lebar \$1–\$3
Level lama tidak dihapus	Grafik penuh garis basi	Hapus level yang sudah tembus
Terlalu banyak level	Sulit fokus	Pilih tiga sampai lima level terkuat
Tidak cek rentang waktu lain	Level kecil dianggap besar	Konfirmasi di Daily dan H1

Rutin plot level sepuluh menit setiap pagi

Menit 1-3: Buka Daily. Tandai 2-3 level Daily paling kuat. **Menit 4-7:** Buka H4. Tandai 2-3 level H4 paling kuat di sekitar harga saat ini. **Menit 8-9:** Buka H1. Konfirmasi level juga terlihat. **Menit 10:** Hapus level yang sudah tidak relevan.

Hasil akhir: maksimal empat sampai enam level di grafik. Grafik harus tetap bersih.

POIN KUNCI

- Support dan resistance adalah zona, bukan garis tipis — lebar \$1–\$3 untuk emas.
- Level sah butuh minimal dua sentuhan dengan penolakan jelas ($\geq$ \$3).
- Level yang muncul di Daily, H4, dan H1 bersamaan adalah yang paling kuat.
- Resistance yang tembus bisa berubah jadi support (pembalikan peran), dan sebaliknya.
- Sedikit level yang jelas lebih baik daripada banyak garis yang membingungkan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menandai support/resistance sebagai zona persegi, bukan garis tipis
- ☐ Saya sudah mengonfirmasi level di minimal dua rentang waktu
- ☐ Saya sudah mencari konfluens (angka bulat, swing, atau Daily + H4)
- ☐ Saya sudah memperbarui pembalikan peran setelah tembusan sah
- ☐ Saya sudah rutin plot level sepuluh menit setiap pagi

LATIHAN

Latihan 1 — Plot lima zona. Buka H4, seratus lilin ke belakang. Tandai lima zona support atau resistance dengan minimal dua sentuhan. Catat lebar zona dan besar penolakan tiap sentuhan:

Level	Lebar zona (\$)	Sentuhan	Penolakan terbesar (\$)
-------	-----------------	----------	-------------------------

Latihan 2 — Uji pembalikan peran. Temukan satu resistance yang sudah tembus dan kembali diuji dari atas. Catat harga tembusan, harga uji ulang, dan apakah level memantul:

Resistance awal	Harga tembus	Harga uji ulang	Memantul? (Ya/Tidak)
-----------------	--------------	-----------------	----------------------

Latihan 3 — Konfluens. Dari lima zona latihan 1, hitung berapa yang sejajar dengan angka bulat (2.050, 2.100, dst.) atau level Daily. Tulis angka konfluens per zona (0–3 faktor).

BAB 2.4

LIKUIDITAS: DI MANA UANG BESAR MENUNGGU

Likuiditas — order stop loss, take profit, dan limit yang menumpuk di grafik — memisahkan trader pemula dari yang berpengalaman. Pemahaman ini menjelaskan kenapa emas sering membentuk lonjakan palsu dan kenapa stop loss kamu kena sebelum harga berbalik ke arah yang benar.

Kolam likuiditas adalah area di grafik tempat banyak order menumpuk — pemain besar membutuhkannya untuk eksekusi besar tanpa slippage berlebihan. Pasar sering bergerak ke kolam itu untuk "memakan" order, lalu berbalik ke arah sebenarnya.

Empat jenis kolam likuiditas

1. Puncak setara (EH) dan lembah setara (EL)

Kolam ini terbentuk saat 2-3 swing high atau swing low **berada di level yang sama** (selisih kurang dari \$0,50).

Kenapa likuiditas menumpuk di sini? Trader pemula pasang stop loss **di atas EH** (untuk posisi sell) atau **di bawah EL** (untuk posisi buy). Stop loss berkumpul di area sempit — kolam likuiditas terbentuk.

Penelusuran:

*Lihat grafik XAUUSD H1. Ada dua swing high di sekitar 2150 dan 2151. **Puncak setara**.*

*Banyak trader jual di area 2148-2150 dengan stop loss di 2153-2155. **Kolam likuiditas di 2153-2155**.*

*Pemain besar tahu ini. Sering harga **melonjak ke 2156** (memakan stop loss), lalu **berbalik turun ke 2120**.*

Trader ritel stop loss kena dulu, baru harga turun. Frustrasi.

2. Perburuan stop loss (di bawah support / di atas resistance)

Trader sering pasang posisi **beli** di support dengan stop loss **di bawah support**, atau **jual** di resistance dengan stop loss **di atas resistance**. Hasilnya, kolam likuiditas terbentuk **di luar level support/resistance**.

Penelusuran:

Emas di 2100 — support kuat. Banyak yang beli di 2100-2105 dengan stop loss di 2095-2098.

Pemain besar melihat: kolam likuiditas di 2095-2098.

*Harga sering **menukik ke 2094** (memakan stop loss), lalu **berbalik naik ke 2150**.*

3. Likuiditas di garis tren

Trader menarik garis tren; tembusan garis tren sering memicu penutupan panik dan setup pembalikan arah. Pemain besar tahu, sering **menembus garis tren** dulu untuk mengambil likuiditas, lalu lanjut

tren lama.

4. Likuiditas di angka bulat

2000, 2050, 2100, 2150 — ritel pasang order di level psikologis ini. Harga sering **melonjak melewati angka bulat** sebesar \$0,50–\$1,50, lalu berbalik.

Sapuan versus tembusan: beda yang harus kamu lihat

Sapuan terjadi saat harga **sementara** melewati level. Ekor menembus level, badan menutup **kembali di sisi awal**. Itu **sapuan likuiditas**, bukan tembus sungguhan — dan mengonfirmasi setup pembalikan.

Tembus terjadi saat harga **tegas** melewati level. Badan menutup **di sisi baru** dengan momentum, lalu uji ulang menahan level. Itu mengonfirmasi setup kelanjutan.

Emas sangat sering disapu, bukan tembus sungguhan.

Menelusuri contoh: mengenali sapuan likuiditas

Skenario emas di H1:

Emas turun dari 2200 ke 2100 dalam 2 hari. Di 2100 ada support kuat (H4 + Daily).

Banyak trader beli di 2100-2105 dengan stop loss di 2095.

Hari ke-3: Harga turun ke 2098, lalu cepat ke 2.094 (\$6 di bawah support). Banyak stop loss kena.

*Tapi dalam 30 menit, harga **balik naik** ke 2108, lalu 2120.*

Yang terjadi: sapuan likuiditas. Pemain besar sengaja menembus level tempat stop loss menumpuk, memicunya, lalu berbalik.

Cara mengenalinya: ekor panjang ke bawah support (atau ke atas resistance), badan menutup kembali ke sisi awal level, volume lonjakan (kalau pakai volume) mengonfirmasi pemain besar aktif, dan setelah sapuan struktur berubah (CHoCH muncul).

Cara trading dengan konsep likuiditas

Filosofinya sederhana: **cari area likuiditas** sebelum entry, **tunggu sapuan terjadi**, lalu entry saat pembalikan. **Jangan entry sebelum sapuan** kalau ada kolam likuiditas dekat.

Untuk setup beli di support:

1. Identifikasi support kuat (2100)
2. Cek: ada kolam likuiditas di bawah 2100? (puncak setara, atau stop loss ritel berkumpul)
3. **Tunggu sapuan** turun di bawah 2100 (sampai 2094-2096)
4. Konfirmasi: badan menutup kembali di atas 2100 — sapuan terkonfirmasi
5. Entry beli setelah sapuan dan konfirmasi lilin

6. Stop loss **di bawah sapuan low** (2090, bukan 2095) — SL sekarang aman
7. TP ke resistance terdekat

Untuk setup jual di resistance:

1. Identifikasi resistance kuat (2180)
2. Cek: ada likuiditas di atas 2180?
3. Tunggu sapuan ke 2185-2188
4. Konfirmasi: menutup kembali di bawah 2180
5. Entry jual setelah sapuan
6. Stop loss di atas sapuan high (2192)
7. TP ke support terdekat

Karakteristik likuiditas emas

Sapuan sangat dominan. Emas menyapu likuiditas **lebih sering** dari pair forex, karena volatilitas tinggi dan minat institusional besar. Trader yang **menunggu sapuan** melihat persentase transaksi untung naik signifikan.

Sapuan sering di buka sesi. London open (15:00 WIB) sering menyapu level Asia. NY open (20:00 WIB) sering menyapu level London. Rencanakan: tunggu sapuan saat buka sesi sebelum entry.

Sapuan sebelum berita. Sebelum NFP dan FOMC, emas sering menyapu likuiditas. Satu sampai dua jam sebelum rilis data: jangan entry, tunggu reaksi setelah rilis. Lilin berita pertama biasanya **lonjakan palsu arah**; lilin berikutnya menunjukkan arah sebenarnya.

Sapuan diikuti CHoCH. Pola terkuat: **sapuan likuiditas** lalu **CHoCH** terbentuk. Sapuan berarti likuiditas tersapu. CHoCH berarti perubahan struktur. Gabungan keduanya memberi peluang pembalikan yang tinggi.

Menelusuri contoh: sapuan likuiditas yang diikuti CHoCH

Emas tren naik di H4: 2000 → 2050 → 2030 → 2080 → 2055 → 2100. HH dan HL terbentuk.

Banyak pembeli di 2100 dengan TP di 2150. Banyak penjual dari 2100 mengharapkan pembalikan dengan stop loss di atas 2100.

Kolam likuiditas di atas 2100 (TP pembeli + SL penjual).

Harga melonjak ke 2108, ekor ke 2110. Banyak stop loss kena, banyak TP kena.

Lalu turun tajam ke 2090. LL pertama. CHoCH bearish terkonfirmasi.

Tindakan: Setup jual setelah CHoCH. Entry di pullback ke 2098-2102. Stop loss di atas 2112. Take profit di support H4 (2050).

Kesalahan yang sering terjadi

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Masuk sebelum penyapuan	Stop loss kena saat harga mengambil likuiditas	Tunggu sapuan dan lilin balik arah
Stop loss terlalu rapat di level	Tersapu \$2–\$5 lalu balik	SL minimal \$1,50–\$2,00 di luar kolam
Setiap ekor kecil dianggap sapuan	Banyak sinyal palsu	Sapuan sungguhan biasanya \$2–\$5
Tanpa konfirmasi penutupan badan	Ekor saja belum cukup	Badan harus kembali ke sisi awal level

Rutin menandai kolam likuiditas setiap pagi

Setiap pagi, di grafik H1:

1. **Equal highs?** Tandai dengan label "EQH"
2. **Equal lows?** Tandai dengan label "EQL"
3. **Stop loss ritel berkumpul** (di luar S/R yang jelas)?
4. **Angka bulat** dekat harga saat ini?
5. Tulis di jurnal: "Likuiditas hari ini di _____ dan _____"

Praktik 30 hari sampai mata kamu otomatis melihat likuiditas.

POIN KUNCI

- Likuiditas menumpuk di puncak/lembah setara, di luar support/resistance, dan di angka bulat.
- Penyapuan: ekor melewati level, badan kembali — bukan tembusan sah.
- Emas lebih sering disapu daripada tembus sungguhan; sabar menunggu penyapuan meningkatkan peluang.
- Kombinasi sapuan + CHoCH adalah salah satu setup pembalikan terkuat.
- Stop loss harus di luar kolam likuiditas, bukan persis di level yang terlihat.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menandai EH/EL dan kolam likuiditas di luar S/R setiap pagi
- ☐ Saya sudah membedakan sapuan dari tembusan sah sebelum masuk
- ☐ Saya sudah menunggu penyapuan sebelum entry di support/resistance
- ☐ Saya sudah menempatkan stop loss di luar kolam likuiditas
- ☐ Saya sudah mencatat lokasi likuiditas hari ini di jurnal

LATIHAN

Latihan 1 — Katalog penyapuan. Grafik H1, tiga minggu ke belakang. Temukan delapan penyapuan (ekor melewati level, badan kembali). Catat:

No	Tanggal	Level	Jarak sapuan (\$)	Balik arah? (Ya/Tidak)
----	---------	-------	-------------------	------------------------

Hitung persentase yang benar-benar balik arah setelah sapuan.

Latihan 2 — EH/EQL. Tandai semua equal highs dan equal lows dalam periode yang sama. Catat berapa yang disapu sebelum harga bergerak jauh ke arah sebaliknya:

Jumlah EH/EQL	Disapu sebelum balik	Persentase
---------------	----------------------	------------

Latihan 3 — Sapuan + CHoCH. Temukan satu contoh di H4 tempat penyapuan likuiditas diikuti CHoCH. Tulis harga sapuan, harga CHoCH, dan jarak pergerakan selanjutnya dalam dolar.

BAB 2.5

ORDER BLOCK DAN ZONA SUPPLY-DEMAND

Order block — lilin terakhir berlawanan arah sebelum pergerakan impulsif — dan **zona supply-demand** sering dibuat rumit, padahal versi sederhananya sangat berguna untuk menandai area tempat order besar pernah masuk.

Zona supply adalah area tempat penjual besar masuk dan harga turun tajam setelahnya. **Zona demand** adalah area tempat pembeli besar masuk dan harga naik tajam setelahnya.

Cara mengidentifikasi

Untuk zona demand (bullish):

1. Cari pergerakan naik kuat (minimal tiga lilin besar berturut)
2. Lihat lilin bearish terakhir sebelum naik kuat
3. Tarik garis dari open ke high lilin bearish itu
4. Itu zona demand / bullish order block

Untuk zona supply (bearish):

1. Cari pergerakan turun kuat
2. Lihat lilin bullish terakhir sebelum turun kuat
3. Tarik garis dari open ke low lilin bullish itu
4. Itu **zona supply / bearish order block**

Contoh praktis

XAUUSD H4: harga berada di 2030 (lilin bearish merah), lalu naik kuat ke 2080 dalam empat lilin besar. Zona demand-nya adalah area 2025–2032, yaitu rentang lilin merah itu. Kalau harga balik ke area ini, peluang pembalikan naik lebih tinggi.

Strategi entry: tunggu harga balik ke zona demand, lalu tunggu lilin konfirmasi (bullish engulfing, pin bar). Entry beli, stop loss di bawah zona.

Contoh lengkap: dari zona sampai lot

Kerjakan langkah ini di grafik H4 XAUUSD — contoh angka berikut bisa kamu cocokkan dengan kondisi grafik saat latihan.

Langkah 1 — Tandai zona demand

Harga turun ke 2.045,00, lalu naik impulsif ke 2.058,00 dalam empat lilin H4. Lilin bearish terakhir sebelum naik berada di rentang 2.044,50–2.046,00. Itu zona demand.

Langkah 2 — Tunggu uji ulang

Dua hari kemudian harga kembali ke 2.045,80. Lilin H4 menutup dengan ekor bawah panjang di 2.044,20 dan badan di 2.046,50 — penolakan terlihat.

Langkah 3 — Tentukan entry, stop loss, sasaran

Entry beli : 2.046,50 (setelah lilin penolakan ditutup)
 Stop loss : 2.043,50 (di bawah ekor, jarak \$3,00)
 Sasaran : 2.055,00 (resistance terdekat, jarak \$8,50)
 Perbandingan sasaran/risiko: $\$8,50 \div \$3,00 = 2,8$

Langkah 4 — Hitung lot

Modal \$500, risiko 2% = \$10
 $LOT = \$10 \div (\$3,00 \times 100) = \$10 \div \$300 = 0,033 \rightarrow 0.03 \text{ lot}$
 Cek ulang: $0.03 \times 100 \times \$3,00 = \$9 \checkmark$ (di bawah batas \$10)

Langkah 5 — Tulis alasan sebelum masuk

Zona demand + impuls sebelumnya \$13 + support H4 di 2.045,00 + penolakan lilin. Skor konfluens minimal 4 — layak diambil dengan risiko penuh sesuai batasmu.

Kalau harga menembus 2.043,50 dengan penutupan badan, zona gagal — keluar sesuai stop loss, jangan "tahan karena zona masih terlihat bagus".

Variasi supply (jual): Harga naik ke 2.068,00, lalu turun impulsif ke 2.055,00. Lilin bullish terakhir sebelum turun ada di 2.066,50–2.068,20. Saat harga menguji ulang 2.067,00 dengan penolakan bearish, entry jual dengan stop loss di atas zona (\$3,50 jarak) mengikuti logika yang sama — zona supply, bukan zona demand.

Cara latihan tanpa uang: Buka grafik H4 enam minggu ke belakang. Tandai tiga zona demand dan dua zona supply. Untuk masing-masing, catat apakah harga pernah uji ulang zona itu. Kalau ya, apakah ada penolakan lilin dan apakah impuls berikutnya minimal \$8? Zona yang gagal uji ulang atau tembus dengan penutupan badan di luar zona jangan dihitung sebagai order block sah — itu saringan yang sering dilupakan pemula yang menandai setiap lilin berlawanan sebagai "zona bagus".

Order block bukan ramalan bahwa harga pasti balik. Ia hanya menandai area tempat order besar pernah masuk dan mungkin masih ada sisa permintaan atau penawaran. Kalau struktur H4 sudah berubah (CHoCH bearish), zona demand lama kehilangan relevansi meski terlihat "tepat" di grafik. Selalu cocokkan zona dengan arah rentang waktu besar sebelum menghitung lot.

Saat uji ulang zona, tunggu penutupan lilin H4 di dalam zona plus penolakan terlihat. Entry di tengah zona tanpa konfirmasi lilin setara menebak — bukan trading order block.

Gabungan dengan konfluens

Zona demand makin kuat kalau **bertemu** support H4 atau D1, EMA 200 / 50, Fibonacci 61.8%, atau angka bulat.

Pelajaran: Tidak perlu jago istilah "konsep pemain besar" lengkap. Yang penting **paham logikanya**: di area itu, ada pesanan besar yang belum tereksekusi.

Hati-hati

PERINGATAN:

- Order block lama (1 bulan+) kekuatannya berkurang
- Tidak semua lilin berlawanan arah otomatis jadi order block; cari yang sebelum pergerakan impulsif besar
- Order block bisa tembus — selalu pasang stop loss

Kesalahan umum

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Setiap lilin berlawanan dianggap order block	Banyak zona palsu	Hanya yang sebelum impuls besar
Order block berusia bulan tanpa uji ulang	Zona sudah basi	Prioritaskan zona dua–empat minggu terakhir
Tanpa stop loss karena "zona bagus"	Satu tembusan habiskan modal	Selalu pasang stop loss di luar zona
Terlalu banyak zona di grafik	Sulit fokus	Maksimal tiga zona aktif per arah

POIN KUNCI

- Order block adalah lilin terakhir berlawanan arah sebelum pergerakan impulsif.
- Zona demand untuk setup beli; zona supply untuk setup jual.
- Zona makin kuat jika bertemu support/resistance, angka bulat, atau EMA.
- Order block lama kehilangan kekuatan; yang belum tereksekusi sepenuhnya lebih relevan.
- Logikanya sederhana: tandai area tempat order besar pernah masuk.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah bisa menandai zona demand dan supply di H4
- ☐ Saya sudah memastikan zona didahului pergerakan impulsif, bukan lilin acak
- ☐ Saya sudah menggabungkan zona dengan konfluens lain sebelum masuk
- ☐ Saya sudah menempatkan stop loss di luar zona
- ☐ Saya sudah membatasi maksimal tiga zona aktif per arah di grafik

LATIHAN

Latihan 1 — Tandai lima zona. Grafik H4, enam minggu ke belakang. Tandai tiga zona demand dan dua zona supply. Catat rentang harga dan ukuran impuls setelahnya:

Zona	Rentang harga	Impuls setelahnya (\$)	Uji ulang? (Ya/Tidak)
------	---------------	------------------------	-----------------------

Latihan 2 — Uji ulang. Dari zona yang sudah diretest, hitung berapa persen harga memantul versus tembus zona:

Total uji ulang	Memantul	Tembus	Persentase pantul
-----------------	----------	--------	-------------------

Latihan 3 — Konfluens zona. Pilih satu zona demand yang bertemu support H4. Tulis harga zona, harga support, dan selisihnya dalam dolar.

BAB 2.6

PENOLAKAN LILIN SEBAGAI SINYAL

Penolakan lilin — lilin dengan ekor jauh lebih panjang dari badannya — adalah sinyal langsung dari pasar tanpa lag indikator. Ekor panjang menunjukkan harga ditolak di suatu area: pembeli atau penjual menang di periode itu.

Setiap lilin punya empat harga dasar: **open** (harga pembukaan periode), **high** (harga tertinggi), **low** (harga terendah), dan **close** (harga penutupan). **Badan** lilin adalah jarak dari open ke close. **Ekor atas** adalah jarak dari high ke ujung badan atas. **Ekor bawah** adalah jarak dari low ke ujung badan bawah.

Lilin bullish terbentuk ketika close lebih tinggi dari open (badan hijau atau putih). Lilin bearish terbentuk ketika close lebih rendah dari open (badan merah atau hitam).

Apa itu penolakan lilin?

Penolakan lilin adalah lilin yang **ekornya jauh lebih panjang** dari badannya, menunjukkan bahwa harga ditolak di area tertentu.

Penolakan bullish: ekor bawah panjang berarti harga sempat turun, lalu **ditolak naik** dan menutup di area atas — pembeli menang di periode itu.

Penolakan bearish: ekor atas panjang berarti harga sempat naik, lalu **ditolak turun** dan menutup di area bawah — penjual menang di periode itu.

Bentuk-bentuk penolakan lilin

1. Pin bar

Karakteristik umum: ekor sangat panjang di satu sisi (minimum dua kali badan), badan kecil, dan penutupan di sisi berlawanan dari ekor.

Pin bar bullish punya ekor bawah panjang (minimum dua kali badan), badan kecil di atas, dan menutup di paruh atas rentang lilin. Pola ini menunjukkan **pembeli dominan** di periode tersebut.

Pin bar bearish punya ekor atas panjang (minimum dua kali badan), badan kecil di bawah, dan menutup di paruh bawah rentang lilin. Pola ini menunjukkan **penjual dominan**.

Penelusuran — pin bar bullish di emas H1:

Lihat lilin H1 yang baru tutup di pukul 16:00 WIB.

Rentang lilin: dari terendah 2.095 ke tertinggi 2.118. Total rentang \$23,00.

Open: 2110, Close: 2115, jadi badan = \$5,00, bullish.

Ekor atas: $2.118 - 2.115 = \$3,00$.

Ekor bawah: $2.110 - 2.095 = \$15,00$.

Rasio: ekor bawah 15 versus badan 5 = 3 kali. Pin bar ini sah karena ekornya lebih dari dua kali panjang badannya.

Menutup di 2115, yaitu paruh atas rentang. Konfirmasi arah bullish.

Kesimpulan: Pin bar bullish terbentuk di support 2100. Sinyal beli berpotensi.

2. Engulfing

Engulfing terdiri dari dua lilin berurutan. Lilin kedua **menelan badan lilin pertama** dan arahnya berlawanan.

Bullish engulfing: lilin pertama bearish, lilin kedua bullish dengan badan lebih besar yang **menutup di atas open lilin pertama**. Pola ini menunjukkan momentum bullish kuat dan pembalikan potensial.

Bearish engulfing: lilin pertama bullish, lilin kedua bearish dengan badan lebih besar yang **menutup di bawah open lilin pertama**. Pola ini menunjukkan momentum bearish kuat.

Penelusuran — engulfing bullish di emas:

Di grafik H1, lihat dua lilin terakhir di support 2080:

Lilin 1 (jam 14:00): Open 2095, Close 2085, bearish. Badan \$10,00.

Lilin 2 (jam 15:00): Open 2085, Close 2100, bullish. Badan \$15,00.

Apakah lilin 2 menelan lilin 1?

Open lilin 2 (2085) sama dengan penutupan lilin 1 (2085) — bisa diterima. Penutupan lilin 2 (2100) lebih tinggi dari open lilin 1 (2095) — ya.

Engulfing bullish terkonfirmasi. Sinyal beli di area 2080-2085.

3. Doji penolakan

Doji penolakan punya badan **sangat kecil** atau **nyaris tidak ada** — harga buka hampir sama dengan harga tutup — dengan ekor di kedua sisi. Bentuk itu menunjukkan **keragu-raguan** di pasar.

Doji penolakan bullish terbentuk di **support** atau **area jual berlebihan**. Ekor bawah lebih panjang dari ekor atas, menandakan penjual mulai kelelahan dan pembalikan potensial.

Doji penolakan bearish terbentuk di **resistance** atau **area beli berlebihan**. Ekor atas lebih panjang, menandakan pembeli mulai kelelahan.

Catatan: Doji sendiri **bukan** sinyal kuat. Butuh **konfirmasi lilin berikutnya** yang mengonfirmasi arah.

4. Hammer dan shooting star

Hammer adalah pin bar bullish dengan konteks tren. Ekor bawah panjang dan badan kecil di atas. Pola ini muncul saat **pullback dalam tren naik** ke support, dan sering mengonfirmasi bahwa pullback selesai dan tren naik mungkin lanjut.

Shooting star adalah pin bar bearish dengan konteks tren. Ekor atas panjang dan badan kecil di bawah. Pola ini muncul saat **reli dalam tren turun** ke resistance, dan sering mengonfirmasi bahwa reli selesai dan tren turun mungkin lanjut.

Kapan penolakan lilin sah?

Tidak semua lilin dengan ekor panjang adalah sinyal sah. Lima saringan berikut membantu memisahkan sinyal yang layak dipercaya dari riak harga.

Saringan pertama: di mana penolakan itu terjadi

Penolakan harus terjadi **di support atau resistance sah** (BAGIAN 2 Bab 3). Penolakan di tengah grafik tanpa level penting hanyalah riak harga.

Saringan kedua: searah atau melawan tren

Penolakan bullish saat pullback dalam tren naik adalah sinyal lanjutan tren, dan itu yang paling bisa dipercaya. Penolakan bullish dalam tren turun berarti melawan tren — lemah, kecuali struktur sudah berubah (CHoCH) lebih dulu.

Saringan ketiga: rentang waktu

Penolakan di **H4 atau H1** cenderung lebih andal. Penolakan di **M5 atau M1** sering hanya riak harga. Trader pemula sebaiknya fokus ke H1 sebagai minimum.

Saringan keempat: volume

Penolakan dengan lonjakan volume menandakan partisipasi institusional. Penolakan dengan volume rendah biasanya dari pemain kecil — sekadar riak harga.

Saringan kelima: apakah beberapa rentang waktu sejalan

Kalau H4 menunjukkan penolakan, H1 mengonfirmasi, dan M15 memberi entry, mutu setup-nya **layak** diambil. Kalau hanya satu rentang waktu yang memberi sinyal, setup itu **ragu** — tunggu konfirmasi dari rentang waktu lebih besar.

Anatomi detail — apa yang terlihat di ekor

Ekor panjang menceritakan **cerita**:

Ekor bawah panjang di support: pembeli **agresif masuk** di area itu. Harga ditarik turun (mungkin oleh penjual atau pemain besar yang menyapu likuiditas), tapi langsung dibalas naik. Sinyal: support kuat, pembeli dominan.

Ekor atas panjang di resistance: penjual agresif masuk. Harga ditarik naik (mungkin sapuan likuiditas), langsung dibalas turun. Sinyal: resistance kuat, penjual dominan.

Ekor seimbang (kedua sisi): keragu-raguan. Pertarungan pembeli versus penjual, tidak ada yang menang jelas. Tunggu lilin berikutnya untuk arah.

Karakteristik penolakan lilin di emas

1. Ekor sering panjang (karakteristik emas)

Emas normalnya punya ekor lebih panjang dari pair forex. Saringan praktis: ekor minimum \$3–\$5 baru dianggap berarti. Ekor \$1–\$2 sering hanya riak harga biasa.

2. Pin bar sering muncul setelah rilis data

Setelah NFP, FOMC, emas sering membentuk pin bar besar. Ekor setelah rilis data bisa \$10 atau lebih. Konteks penting: pin bar setelah rilis data berbeda dengan pin bar biasa.

3. Engulfing di angka bulat

Emas sangat menghormati angka bulat. Engulfing di 2000, 2100, 2150 adalah setup kuat, terutama kalau bertemu konfluens dengan support/resistance H4.

4. Pola penolakan berulang

Emas sering **beberapa kali menguji** level yang sama dengan ekor penolakan di setiap uji. Setelah dua atau tiga penolakan, level itu **sangat kuat**. Setup beli atau jual di level seperti itu punya peluang tinggi.

Kesalahan umum

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Transaksi setiap ekor kecil di M15	Banyak riak harga, persentase untung rendah	Saring konteks level dan tren
Pin bar di tengah grafik tanpa S/R	Sinyal palsu	Hanya di support/resistance sah
Masuk sebelum lilin ditutup	Bentuk masih berubah	Tunggu penutupan
Doji langsung jadi pemicu	Keragu-raguan, bukan arah	Tunggu lilin konfirmasi berikutnya
Pin bar melawan tren kuat tanpa CHoCH	Pantulan kecil, bukan pembalikan	Ikut tren atau tunggu CHoCH

Praktis — kenali penolakan lilin

Setiap kali harga mendekati support atau resistance:

1. **Tunggu penutupan lilin** (jangan entry tengah lilin)
2. **Periksa anatomi**: rasio badan versus ekor (untuk pin bar: ekor minimal dua kali badan); di sisi mana lilin menutup (paruh atas = bullish, paruh bawah = bearish)
3. **Periksa konteks**: apakah di support/resistance sah? Apakah searah tren?
4. **Kalau semua ya**, lilin itu pemicu yang sah.

POIN KUNCI

- Penolakan lilin: ekor minimal dua kali badan menunjukkan harga ditolak di level tertentu.
- Empat bentuk utama: pin bar, engulfing, doji, hammer/shooting star.
- Sah hanya di support/resistance, searah tren (atau setelah CHoCH), dan di H1 ke atas.
- Di emas, ekor \$3–\$5 baru dianggap bermakna; ekor \$1–\$2 sering hanya riak harga.
- Selalu tunggu lilin ditutup sebelum masuk.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah memeriksa rasio ekor terhadap badan sebelum menganggap penolakan
- ☐ Saya sudah mengenali pin bar, engulfing, doji, dan hammer/shooting star
- ☐ Saya sudah memfilter penolakan dengan level, tren, dan rentang waktu
- ☐ Saya sudah menunggu penutupan lilin sebelum entry
- ☐ Saya sudah menolak penolakan di tengah grafik tanpa level

LATIHAN

Latihan 1 — Katalog sepuluh penolakan. Grafik H1, tiga minggu ke belakang. Temukan sepuluh penolakan sah (ekor $\geq 2 \times$ badan, di level S/R). Catat:

No	Tanggal	Jenis	Ekor (\$)	Badan (\$)	Level	Lanjut arah penolakan?
----	---------	-------	-----------	------------	-------	------------------------

Latihan 2 — Ukur rasio ekor. Dari sepuluh contoh, hitung rata-rata rasio ekor/badan untuk yang benar-benar lanjut versus yang gagal:

Lanjut	Rata-rata rasio	Gagal	Rata-rata rasio
--------	-----------------	-------	-----------------

Latihan 3 — Pin bar vs engulfing. Hitung berapa pin bar dan berapa engulfing yang muncul di angka bulat (2.050, 2.100, dst.) dalam periode yang sama. Tulis angka keduanya.

BAB 2.7

TEMBUSAN PALSU

Tembusan adalah saat harga menembus batas yang sebelumnya menahannya. **Tembusan palsu** adalah saat harga menembus, membuat semua orang percaya, lalu kembali ke dalam. Ini bukan kejadian langka. Di emas, ini termasuk pola paling sering terjadi, dan termasuk yang paling banyak memakan akun pemula.

Bab ini menjelaskan kenapa pola itu terjadi, cara mengenalinya sebelum kamu terjebak, dan bagaimana memanfaatkannya. Dua situasi yang biasanya dibahas terpisah — tembusan palsu dari struktur harga dan lonjakan palsu saat rilis data ekonomi — sebenarnya satu mekanisme yang sama, dan di sini dibahas sebagai satu.

Kenapa tembusan palsu terjadi

Di sekitar level penting, ada dua kelompok yang menumpuk.

Kelompok pertama adalah trader yang menunggu tembusan untuk masuk. Mereka memasang order beli di atas resistance, karena percaya tembusan berarti lanjut naik.

Kelompok kedua adalah trader yang sudah memegang posisi berlawanan dan memasang batas kerugian di sana. Yang sudah menjual di dekat resistance menaruh stop loss sedikit di atasnya.

Perhatikan bahwa **keduanya menghasilkan order beli di tempat yang sama**. Order masuk dari kelompok pertama dan stop loss dari kelompok kedua menumpuk persis di atas level itu.

Bagi pemain besar yang perlu menjual dalam jumlah besar, tumpukan itu adalah persediaan pembeli. Mereka tidak bisa menjual besar di pasar yang sepi tanpa menjatuhkan harganya sendiri. Jadi harga didorong sedikit melewati level, order beli itu terpicu, pemain besar mendapat pembeli untuk barangnya, dan setelah persediaan itu habis harga kembali turun.

Kamu tidak perlu percaya adanya niat jahat untuk memakai penjelasan ini. Yang perlu kamu terima hanya faktanya: **order menumpuk di sekitar level yang terlihat jelas, dan harga cenderung mendatangi tumpukan itu**. Bab tentang likuiditas membahas hal ini lebih dalam.

Bentuknya di grafik

Tembusan palsu punya urutan yang khas:

1. Harga mendekati level yang sudah beberapa kali menahan
2. Satu lilin menembus level itu, sering dengan badan panjang
3. Lilin itu ditutup di luar level – inilah yang membuat orang percaya
4. Satu atau dua lilin berikutnya kembali ke dalam level
5. Harga bergerak menjauh ke arah sebaliknya, sering lebih cepat

Langkah 4 adalah kuncinya. Selama harga masih di luar level, tembusan itu masih mungkin sah. Yang mengubahnya menjadi palsu adalah **kembalinya harga ke dalam**.

Tanda yang paling bisa dipercaya adalah lilin dengan ekor panjang yang menembus level tapi badannya kembali ke dalam. Ekor itu jejak percobaan yang gagal.

Empat penyaring yang membedakan tembusan sah dari palsu

Tidak ada penyaring yang benar seratus persen. Tapi empat hal berikut, kalau dipakai bersama, membuang sebagian besar tembusan palsu.

- 1. Waktu terjadinya.** Tembusan di sesi Asia jauh lebih sering palsu daripada tembusan di sesi London atau New York. Alasannya volume: rentang harian sesi Asia hanya \$5–\$12, dan tembusan yang terjadi dalam pasar sesempit itu tidak punya cukup peserta untuk melanjutkan. Bagian tentang sesi membahas ini dengan angka.
- 2. Ukuran tembusan.** Tembusan yang hanya \$0,20–\$0,50 melewati level nyaris tidak berarti apa-apa, karena spread saja sudah \$0,15–\$0,30. Tembusan yang layak dipertimbangkan biasanya melewati level lebih dari \$1,00 untuk gerakan intraday.
- 3. Perilaku setelah tembusan.** Tembusan yang sah biasanya tidak langsung kembali. Ia bergerak menjauh, lalu kalau kembali, berhenti di level yang baru saja ditembus. Tembusan palsu kembali melewati level itu seolah tidak pernah ada.
- 4. Apakah ada rilis data dalam lima belas menit terakhir.** Ini penyaring yang paling sering diabaikan, dan yang paling mahal.

Lonjakan palsu saat rilis data

Saat data ekonomi penting keluar, harga sering bergerak tajam ke satu arah dalam detik-detik pertama, lalu berbalik dan bergerak lebih jauh ke arah sebaliknya. Arah pertama itu palsu.

Dua hal menyebabkannya. Pertama, reaksi awal datang dari eksekusi otomatis yang membaca angka utama saja, sedangkan rinciannya baru dicerna manusia beberapa menit kemudian, dan rinciannya kadang bercerita berbeda. Kedua, spread melebar drastis saat itu — dari \$0,15–\$0,30 menjadi \$1,00–\$5,00 — sehingga pergerakan yang terlihat di grafik sebagian hanyalah spread yang mengembang, bukan harga yang benar-benar berpindah.

Akibat praktisnya penting: **stop loss bisa tersentuh oleh pelebaran spread, bukan oleh pergerakan harga.** Posisi dengan stop loss \$1,50 bisa tertutup saat rilis data walaupun harga sesungguhnya hanya bergerak \$0,40.

Aturan yang lahir dari itu, dan berlaku tanpa pengecualian di buku ini:

Jangan masuk 15 menit sebelum sampai 15 menit sesudah rilis data berdampak besar. Tembusan apa pun di jendela itu dianggap tidak sah sampai terbukti sebaliknya.

Bagian tentang berita membahas data mana yang termasuk berdampak besar dan cara membaca kalendernya.

Cara memanfaatkannya

Tembusan palsu bukan hanya bahaya. Ia salah satu setup dengan peluang paling baik, justru karena begitu banyak orang terjebak di sisi yang salah.

Urutan yang dipakai:

1. Tandai level yang sudah minimal dua kali menahan harga
2. Tunggu harga menembusnya
3. JANGAN masuk saat tembusan
4. Tunggu harga kembali ke dalam level dan sebuah lilin ditutup di dalam
5. Masuk berlawanan arah tembusan
6. Stop loss di luar ekor tembusan
7. Sasaran di level penting berikutnya ke arah sebaliknya

Langkah 3 adalah yang paling sulit dijalankan, karena saat tembusan terjadi suasananya paling meyakinkan. Justru itu sebabnya banyak yang terjebak.

Contoh dengan angka lengkap:

Level resistance : 2.055,00 (sudah ditahan 3 kali)
 Lilin menembus : puncak di 2.057,20, lalu ditutup di 2.054,60
 Konfirmasi : lilin berikutnya ditutup di 2.053,80 – kembali ke dalam

Entry jual : 2.053,80
 Stop loss : 2.057,70 (di atas ekor tembusan, diberi jarak \$0,50)
 Jarak SL : \$3,90
 Sasaran : 2.046,00 (support terdekat) → jarak \$7,80, dua kali risiko

Modal \$1.000, risiko 2% = \$20
 $\text{Lot} = \$20 \div (\$3,90 \times 100) = \$20 \div \$390 = 0,051 \rightarrow 0.05 \text{ lot}$
 Cek ulang: $0,05 \times 100 \times \$3,90 = \$19,50 \checkmark$ di bawah batas \$20

Perhatikan bahwa stop loss diletakkan **di luar ekor tembusan**, bukan di level aslinya. Alasannya, kalau harga kembali melewati ekor itu, berarti tembusannya ternyata sah dan alasanmu masuk sudah tidak berlaku.

Kesalahan yang paling sering

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Masuk saat tembusan terjadi	Kena jebakan yang persis dibahas bab ini	Tunggu harga kembali ke dalam
Menganggap semua tembusan palsu	Melewatkan tren yang benar-benar dimulai	Pakai empat penyaring, bukan prasangka
Stop loss di level asli, bukan di luar ekor	Tertutup oleh gerakan acak	Beri jarak di luar ekor

Masuk berdasarkan lilin yang belum ditutup	Bentuknya masih bisa berubah	Tunggu penutupan
Trading tembusan saat sesi Asia	Volume tidak cukup untuk lanjut	Tunggu London atau New York
Melawan tembusan saat rilis data	Spread melebar menelan stop loss	Menjauh 15 menit sebelum dan sesudah

POIN KUNCI

- Tembusan palsu terjadi karena order masuk dan stop loss menumpuk di sisi yang sama dari sebuah level, dan tumpukan itu menjadi persediaan bagi pemain besar.
- Yang membuat tembusan menjadi palsu bukan tembusannya, tapi **kembalinya harga ke dalam level**.
- Empat penyaring: sesi tempat terjadinya, ukuran tembusan lebih dari \$1,00, perilaku setelahnya, dan ada tidaknya rilis data dalam 15 menit terakhir.
- Lonjakan palsu saat rilis data adalah mekanisme yang sama, dengan tambahan bahaya spread melebar sampai \$5,00 yang bisa menyentuh stop loss tanpa harga benar-benar bergerak.
- Jangan masuk 15 menit sebelum sampai 15 menit sesudah rilis data berdampak besar.
- Untuk memanfaatkannya: tunggu harga kembali ke dalam, masuk berlawanan arah tembusan, stop loss di luar ekor tembusan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Level yang saya pakai sudah minimal dua kali menahan harga
- ☐ Saya tidak masuk pada saat tembusan terjadi
- ☐ Saya menunggu lilin ditutup di dalam level sebagai konfirmasi
- ☐ Stop loss saya di luar ekor tembusan, bukan di level aslinya
- ☐ Saya sudah memeriksa kalender ekonomi untuk 15 menit ke depan
- ☐ Ukuran lot saya dihitung dan sudah saya cek ulang

LATIHAN

Latihan 1 — Kumpulkan sepuluh contoh. Buka grafik H1 emas satu bulan ke belakang. Temukan sepuluh tembusan level dan catat:

No	Tanggal	Level	Sesi	Ukuran tembusan	Kembali ke dalam?	Sah / Palsu
----	---------	-------	------	-----------------	-------------------	-------------

Hitung berapa persen yang palsu, dan bandingkan angkanya antara tembusan yang terjadi di sesi Asia dengan yang di London atau New York. Kamu akan melihat sendiri kenapa penyaring pertama ada.

Latihan 2 — Hitung setup lengkap. Dari salah satu tembusan palsu yang kamu temukan, hitung seolah kamu akan mengambilnya:

Entry	:	_____	
Stop loss	:	_____	Jarak stop loss: \$_____
Sasaran	:	_____	Jarak sasaran: \$_____
Perbandingan sasaran terhadap risiko: _____			
Modal	\$_____	, risiko _____%	= \$_____
Lot:	_____	Cek ulang:	\$_____

Latihan 3 — Uji penyaring rilis data. Ambil tiga tanggal rilis data berdampak besar bulan lalu. Lihat grafik M15 di sekitar jamnya, dan catat arah pergerakan pertama serta arah setelah tiga puluh menit. Berapa dari tiga yang arah pertamanya bertahan?

BAB 2.8

ANALISIS BEBERAPA RENTANG WAKTU SEKALIGUS

Trading hanya satu rentang waktu seperti membaca paragraf tengah novel tanpa bab sebelumnya — konteks hilang. **Analisis multi-rentang waktu** memberi gambaran besar (arah) sekaligus detail waktu entry.

Rentang waktu	Fungsi
Besar (D1, H4)	Tren dan arah
Menengah (H1)	Setup dan area entry
Kecil (M15, M5)	Timing entry presisi

Aturan utama: selalu trading searah dengan rentang waktu yang lebih tinggi.

Contoh lengkap: analisis top-down dengan angka

Misalnya hari Selasa, pukul 20.00 WIB, kamu membuka grafik XAUUSD.

D1 — arah mingguan

Tiga puncak terakhir: 2.038, 2.052, 2.065 (puncak makin tinggi). Tiga lembah: 2.025, 2.040, 2.050 (lembah makin tinggi). **Arah: beli saja.** Resistance mayor berikutnya di 2.080,00.

H4 — posisi dalam tren

Harga pullback dari 2.065 ke 2.048. EMA 50 H4 di 2.047, support H4 di 2.045. Harga sedang mendekati area beli, bukan di puncak.

H1 — setup terbentuk

Pukul 19.45 WIB, lilin H1 bullish engulfing di 2.048,50. Swing low H1 di 2.046,00.

M15 — pemicu entry

Pukul 20.05 WIB, lilin M15 menembus high engulfing H1 di 2.049,00. Entry beli di 2.049,20.

Stop loss dan sasaran

Stop loss : 2.045,50 (di bawah swing low H1, jarak \$3,70)
 Sasaran 1 : 2.058,00 (resistance intraday, jarak \$8,80)
 Sasaran 2 : 2.065,00 (puncak sebelumnya, jarak \$15,80)
 Perbandingan sasaran 1/risiko: 2,4

Lot (modal \$1.000, risiko 2%)

Risiko = \$20
 LOT = $\$20 \div (\$3,70 \times 100) = \$20 \div \$370 = 0,054 \rightarrow 0.05 \text{ lot}$
 Cek: $0.05 \times 100 \times \$3,70 = \$18,50 \checkmark$

Keputusan akhir: D1 naik, H4 pullback ke support, H1 dan M15 konfirmasi — **selaras empat rentang waktu**. Kalau H4 masih naik tapi D1 sudah range, setup ini diturunkan skor atau dilewati.

Kapan tidak trading meski semua selaras: D1 naik, H4 pullback, tapi harga sudah \$18 di atas support dan jarak stop loss minimum intraday (\$3–\$8) membuat perbandingan sasaran/risiko di bawah 1,5. Kesesuaian rentang waktu tidak menutupi entry di lokasi buruk. Aturan tambahan: kalau jarak ke sasaran terdekat kurang dari dua kali jarak stop loss, lewati — ruang gerak terlalu sempit.

Template catatan harian MTF (isi sebelum sesi):

Tanggal : _____
 D1 arah : beli / jual / netral
 H4 arah : beli / jual / netral
 Selaras? : ya / tidak
 Level kunci : _____
 Setup rencana: _____
 Jika tidak selaras → tidak trading hari ini

Isi template ini sebelum membuka M15. Kebiasaan ini mencegah turun ke rentang waktu kecil karena bosan — penyebab paling umum trading melawan arah besar.

Saat D1 dan H4 bertentangan, aturan buku ini: **tidak trading** — bukan memilih rentang waktu favoritmu. Contoh: D1 range lebar, tren turun H4 kecil di dalam range; trader yang hanya lihat H4 akan sell, trader yang lihat D1 tahu harga masih di tengah range dan pantulan ke resistance masih mungkin.

Rutinitas pagi 15 menit (isi sebelum sesi London):

1. Buka D1 — tulis satu kalimat arah: beli saja, jual saja, atau netral/range.
2. Buka H4 — apakah posisi harga pullback, breakout, atau di tengah range?
3. Tandai satu level kunci (support atau resistance) yang paling dekat dengan harga.
4. Tulis di catatan: "Hari ini saya hanya ambil setup searah _____."
5. Baru buka H1/M15 untuk mencari pemicu — bukan sebaliknya.

Kebiasaan ini mencegah dua kesalahan paling umum: masuk melawan tren karena setup M15 "terlihat bagus", dan overtrade karena bosan saat D1/H4 tidak selaras. Satu bulan catat berapa hari kamu menulis "tidak trading" karena D1 dan H4 bertentangan; angka itu biasanya 30–40% hari kerja — normal, bukan kegagalan.

Proses analisis multi-rentang waktu

Langkah 1 — Lihat D1

Tentukan tren besar XAUUSD: naik, turun, atau menyamping. Tandai support besar dan resistance di mana.

Langkah 2 — Lihat H4

Periksa apakah tren menengah searah D1. Catat posisi harga sekarang: pullback, breakout, atau di tengah range.

Langkah 3 — Lihat H1

Cari setup (pullback ke EMA, support/resistance, dan sejenisnya). Pastikan setup searah dengan H4.

Langkah 4 — Lihat M15 (opsional, untuk timing)

Tunggu konfirmasi lilin, lalu entry presisi.

Contoh praktis

XAUUSD analisa lengkap: **D1** menunjukkan tren naik, harga di atas EMA 200 D1, resistance besar di 2080. **H4** sedang pullback ke EMA 50 H4 di area 2050, support kuat di 2045. **H1** membentuk bullish engulfing di 2048. **M15** mengonfirmasi dengan tembus puncak lilin engulfing.

Entry beli di 2052 (tembus puncak engulfing). Stop loss di 2042 (di bawah swing low H1). Take profit pertama di 2065 (RR 1:1,3). Take profit kedua di 2078 (RR 1:2,6, dekat resistance besar).

Setup ini selaras **multi-rentang waktu** — peluang lebih tinggi daripada hanya melihat H1.

Cara praktis analisis multi-rentang waktu

Jangan terlalu banyak rentang waktu. **Tiga rentang waktu cukup**. Lebih dari itu sering membuat paralisis analisis.

POIN KUNCI

- Analisis multi-rentang waktu: arah dari D1/H4, setup di H1, pemicu di M15.
- Trading melawan rentang waktu besar punya peluang jauh lebih rendah.
- Tiga rentang waktu cukup; lebih dari itu sering membuat paralisis analisis.
- Kesesuaian antar rentang waktu (semua searah) meningkatkan peluang setup.
- Jika D1 dan H4 bertentangan, lebih aman tidak trading.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah mengecek D1 dan H4 sebelum entry di H1
- ☐ Saya sudah menolak posisi melawan arah rentang waktu besar
- ☐ Saya sudah membatasi analisis ke dua atau tiga rentang waktu
- ☐ Saya sudah menulis arah harian setelah analisis top-down
- ☐ Saya sudah melewati hari tanpa kesesuaian antar rentang waktu

LATIHAN

Latihan 1 — Tabel kesesuaian. Lima hari berturut-turut, catat arah D1, H4, H1, dan M15:

Hari	D1	H4	H1	M15	Selaras?	Saya trading? (Ya/Tidak)

Latihan 2 — Setup lengkap tanpa entry. Pilih satu hari selaras. Tulis setup hipotetis: entry, stop loss (jarak \$), sasaran (jarak \$), dan perbandingan sasaran/risiko — tanpa membuka posisi.

Latihan 3 — Hitung hari tanpa kesesuaian. Satu bulan ke belakang, hitung berapa hari D1 dan H4 bertentangan. Tulis angka dan persentasenya.

BAB 2.9

KONFLUENS DAN SETUP BERPELUANG TINGGI

Sebuah setup yang bagus bukan setup yang punya satu alasan kuat. Ia setup yang punya beberapa alasan berbeda yang menunjuk ke arah yang sama, di tempat yang sama, pada waktu yang sama. Penumpukan alasan itu disebut **konfluens**.

Bab ini menggabungkan dua hal yang biasanya diajarkan terpisah: cara menumpuk alasan, dan cara menilai apakah tumpukan itu layak dipertaruhkan uang. Keduanya satu keterampilan, karena menumpuk alasan tanpa menilai kualitasnya hanya menghasilkan pembenaran.

Kenapa satu alasan saja tidak cukup

Setiap alasan teknis punya tingkat kegagalan sendiri. Level support tidak selalu menahan. Lilin penolakan tidak selalu berlanjut. Arah tren tidak selalu berlanjut.

Kalau kamu masuk hanya karena harga menyentuh support, kamu bergantung pada satu hal yang bisa gagal. Kalau kamu masuk karena harga menyentuh support **dan** arah rentang waktu besarnya naik **dan** ada lilin penolakan di situ **dan** itu terjadi di jam aktif, kamu masih bisa salah — tapi sekarang keempat hal itu harus gagal bersamaan.

Ini bukan jaminan. Ini pemindahan peluang, dan itu sudah cukup untuk menghasilkan uang dalam jangka panjang, seperti dijelaskan di bab tentang expectancy.

Enam jenis alasan yang bisa ditumpuk

Alasan yang layak ditumpuk harus **berasal dari sumber informasi yang berbeda**. Ini syarat yang sering dilanggar, dan bagian berikutnya menjelaskan kenapa.

Jenis	Yang diperiksa	Dibahas di
Struktur	Apakah harga di level yang sudah beberapa kali bereaksi	Bab support, resistance, dan key level
Arah	Apakah rentang waktu besar mendukung arah yang sama	Bab trend dan bab analisis beberapa rentang waktu
Zona	Apakah ada order block atau zona supply-demand	Bab order block
Sinyal lilin	Apakah ada penolakan yang terlihat di titik itu	Bab penolakan lilin
Waktu	Apakah ini jam aktif, dan tidak dekat rilis data	Bagian tentang sesi dan berita
Angka bersih	Apakah harganya di sekitar angka bulat seperti 2.050	Bab likuiditas

Alasan yang kembar tidak menambah apa-apa

Ini bagian terpenting bab ini, dan yang paling sering salah dipahami.

Tiga indikator yang semuanya menghitung rata-rata harga akan hampir selalu memberi isyarat yang sama. Menumpuknya terasa seperti tiga alasan, padahal sebenarnya satu alasan yang diulang tiga kali dengan nama berbeda.

Contoh yang **bukan** konfluens: rata-rata bergerak 20 naik, rata-rata bergerak 50 naik, dan rata-rata bergerak 200 naik — ketiganya membaca hal yang sama, jadi hanya satu alasan yang dihitung tiga kali.

Contoh **konfluens** yang sebenarnya: harga di support yang sudah tiga kali bereaksi, arah H4 naik, lilin penolakan di M15, dan sedang jam overlap London–New York — empat sumber informasi yang berbeda.

Cara mengujinya: tanyakan apakah kedua alasan itu bisa saling bertentangan. Kalau dua alasan tidak mungkin bertentangan, mereka bukan dua alasan.

Skor setup

Supaya penilaian tidak bergantung pada perasaan, pakai penghitungan sederhana. Satu poin untuk tiap jenis alasan yang terpenuhi, dari enam jenis di tabel tadi.

Skor	Mutu setup	Tindakan
5–6	layak	Ambil, dengan ukuran risiko penuh sesuai batasmu
4	layak (dengan catatan)	Ambil, dengan risiko separuh
3	ragu	Lewati. Catat sebagai pengamatan
0–2	tolak	Lewati tanpa pertimbangan

Angka ini bukan hasil pengukuran ilmiah. Gunanya memaksa keputusanmu tertulis sebelum masuk, sehingga saat kamu meninjau catatan nanti kamu bisa melihat apakah setup berskor 5 memang benar-benar lebih baik hasilnya daripada yang berskor 4. Itu pertanyaan yang bisa dijawab data, dan jawabannya akan berbeda untuk setiap orang.

Bab tentang jurnal menjelaskan cara mengukurnya.

Contoh setup layak, dihitung lengkap

Situasi:

Arah H4	: naik, dengan puncak-puncak yang makin tinggi
Harga sekarang	: 2.048,50
Support	: 2.047,00 – sudah bereaksi 3 kali bulan ini
Zona order block	: 2.046,80 – 2.048,20
Lilin M15 terakhir	: ekor bawah panjang, badan di atas, sudah ditutup
Jam	: 21.15 WIB, overlap London–New York
Rilis data 30 menit ke depan	: tidak ada
Angka bersih terdekat	: 2.050,00, sedikit di atas

Skor:

Struktur	✓	support teruji 3 kali
Arah	✓	H4 naik
Zona	✓	harga di dalam order block
Sinyal lilin	✓	penolakan terlihat
Waktu	✓	jam paling aktif, tidak ada rilis data
Angka bersih	✗	bukan tepat di angka bulat
Total	= 5 dari 6 → layak	

Sekarang hitung transaksinya:

Entry beli : 2.048,50
 Stop loss : 2.045,80 (di bawah ekor lilin penolakan, diberi jarak \$0,50)
 Jarak SL : \$2,70
 Sasaran : 2.056,00 (resistance terdekat)
 Jarak sasaran: \$7,50 → 2,8 kali risiko

Modal \$2.000, risiko 2% = \$40
 $\text{Lot} = \$40 \div (\$2,70 \times 100) = \$40 \div \$270 = 0,148 \rightarrow 0.14 \text{ lot}$
 Cek ulang: $0,14 \times 100 \times \$2,70 = \$37,80$ ✓ di bawah batas \$40

Kesabaran adalah bagian dari metodenya

Setup berskor 5 atau 6 tidak muncul setiap hari. Untuk emas, di rentang waktu M15 dengan penyaring sesi, biasanya muncul beberapa kali seminggu — bukan beberapa kali sehari.

Ini fakta yang perlu diterima, bukan masalah yang perlu diakali. Menurunkan standar supaya ada yang bisa ditransaksikan hari ini adalah cara paling halus untuk membatalkan seluruh keuntungan dari metode ini.

Hari tanpa transaksi bukan hari yang gagal. Bab tentang anti overtrade membahas kenapa ini justru sulit secara psikologis, dan bab tentang FOMO membahas dorongan yang membuat orang melanggarnya.

Kesalahan yang paling sering

Kesalahan	Kenapa berbahaya	Yang seharusnya
-----------	------------------	-----------------

Menumpuk indikator yang sejenis	Terasa banyak alasan, sebenarnya satu	Pakai enam jenis dari sumber berbeda
Mencari alasan setelah memutuskan masuk	Selalu ketemu, karena kamu mencarinya	Tulis skor sebelum menekan tombol
Menurunkan standar saat sepi	Menghapus seluruh manfaat metode	Terima hari tanpa transaksi
Skor tinggi lalu memperbesar lot di luar batas	Satu kesalahan jadi mahal	Batas risiko tidak pernah dilanggar, apa pun skornya
Melupakan penyaring waktu	Setup bagus di jam mati tetap gagal	Jam masuk hitungan skor

Baris keempat perlu ditekankan. Setup layak berarti kamu memakai **risiko penuh sesuai batasmu**, misalnya 2%. Ia tidak pernah berarti 5%. Keyakinan yang tinggi bukan alasan melanggar batas, karena keyakinan tinggi yang salah adalah hal yang paling mahal dalam trading.

POIN KUNCI

- Konfluens adalah beberapa alasan dari **sumber informasi berbeda** yang menunjuk arah sama di tempat dan waktu yang sama.
- Alasan yang tidak mungkin saling bertentangan bukan dua alasan. Tiga rata-rata bergerak adalah satu alasan.
- Enam jenis yang layak ditumpuk: struktur, arah, zona, sinyal lilin, waktu, dan angka bersih.
- Skor 5–6 diambil dengan risiko penuh, skor 4 dengan risiko separuh, di bawah itu dilewati.
- Skor ditulis **sebelum** masuk, supaya bisa diuji dengan data nanti.
- Setup berskor tinggi muncul beberapa kali seminggu, bukan sehari. Menurunkan standar membatalkan manfaatnya.
- Keyakinan tinggi tidak pernah menjadi alasan melewati batas risiko.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya menghitung skor sebelum membuka posisi, dan menuliskannya
- ☐ Alasan-alasan saya berasal dari jenis yang berbeda, bukan sejenis
- ☐ Saya sudah memeriksa jam dan kalender rilis data
- ☐ Skor saya minimal 4
- ☐ Ukuran lot saya tidak melebihi batas risiko, berapa pun skornya
- ☐ Saya menerima hari tanpa transaksi kalau tidak ada skor yang cukup

LATIHAN

Latihan 1 — Beri skor sepuluh situasi. Ambil sepuluh titik di grafik M15 satu bulan ke belakang, dan beri skor tanpa melihat apa yang terjadi setelahnya:

No	Tanggal/jam	Struktur	Arah	Zona	Lilin	Waktu	Angka	Skor	Hasil setelah
----	-------------	----------	------	------	-------	-------	-------	------	---------------

Isi kolom terakhir setelah semua skor selesai ditulis. Lalu bandingkan: apakah skor tinggi memang lebih sering berlanjut?

Latihan 2 — Bongkar setup yang gagal. Cari satu transaksi rugi dari catatan demomu, dan beri skor secara jujur:

Skor setup itu : _____
 Alasan yang saya pikir ada tapi ternyata sejenis: _____
 Kalau saya beri skor sebelum masuk, apakah saya tetap mengambilnya? Ya / Tidak

Latihan 3 — Hitung frekuensinya. Selama dua minggu, catat setiap hari berapa setup berskor 5 atau lebih yang kamu temukan:

Total hari	:	14
Total setup skor 5+	:	_____
Rata-rata per minggu	:	_____
Hari tanpa setup sama sekali	:	_____

Angka terakhir adalah yang paling berguna. Mengetahuinya lebih dulu membuatmu tidak panik saat mengalaminya.

BAB 2.10

INDIKATOR: YANG PENTING DAN YANG TIDAK

Banyak trader pemula stres karena grafik penuh sepuluh indikator yang saling bertentangan. Hasilnya bingung dan rugi.

Indikator — perhitungan dari harga lampau — hanya membantu bereaksi, bukan memprediksi. Bab ini membahas tiga indikator yang berguna untuk pemula, dan mengapa sisanya bisa ditunda dulu.

Kenapa indikator tidak bisa memberi informasi baru

Semua indikator populer — rata-rata bergerak, RSI, MACD, ATR — dihitung **hanya** dari harga (dan kadang volume) yang sudah tercetak di grafik. Tidak ada sumber data lain.

Harga sudah tercetak di grafik, lalu indikator dihitung ulang dari harga itu. Karena itulah indikator selalu "tertinggal" satu langkah dibanding harga yang baru saja terjadi.

Kalau harga naik tajam, rata-rata bergerak naik **setelah** harga naik — bukan sebelum. RSI jenuh jual muncul **setelah** harga sudah turun. Indikator merangkum apa yang sudah terjadi; ia tidak membaca order book, tidak tahu ada rilis data lima menit lagi, tidak tahu bank sentral akan beli emas bulan depan.

Analogi sederhana: indikator seperti **speedometer mobil** — ia memberitahu seberapa cepat kamu sudah bergerak, bukan ada lubang di jalan 500 meter ke depan. Lubang itu hanya terlihat di harga (struktur, level, penolakan lilin).

Implikasi praktis untuk pemula:

Jangan masuk **hanya** karena RSI jenuh jual — harga bisa tetap turun berhari-hari sementara RSI terus membaca jenuh jual.

Jangan menumpuk tiga rata-rata bergerak sebagai "tiga alasan" — itu satu alasan yang dihitung tiga kali (lihat BAGIAN 2 Bab 9).

Pakai indikator untuk **mengonfirmasi** apa yang sudah kamu lihat di harga, bukan menggantikan pembacaan harga.

Tiga indikator yang cukup untuk pemula

EMA (Exponential Moving Average) — rata-rata bergerak eksponensial — dipakai untuk melihat arah tren. EMA 50 menunjukkan tren menengah; EMA 200 menunjukkan tren besar. Kalau harga berada di atas EMA 200, arah kecenderungannya naik.

RSI (Relative Strength Index) — indeks kekuatan relatif — membaca kondisi jenuh beli atau jenuh jual. RSI di atas 70 artinya jenuh beli; di bawah 30 artinya jenuh jual. Indikator ini bagus untuk **konfirmasi**, bukan sinyal utama.

ATR (Average True Range) — rentang sebenarnya rata-rata — mengukur volatilitas. Indikator ini sangat berguna untuk **menentukan jarak stop loss** di emas.

Indikator yang sebaiknya ditunda dulu untuk pemula: Ichimoku Cloud (terlalu kompleks), lima indikator berbeda sekaligus, dan paket "indikator ajaib" yang dijual mahal.

PERINGATAN: Tidak ada indikator yang bisa memprediksi pasar. Semua indikator adalah **kalkulasi** dari harga yang sudah lewat. Indikator hanya membantu kamu **bereaksi**, bukan **memprediksi**.

Contoh praktis untuk pemula

Setup sederhana di H1 XAUUSD dimulai dari arah: harga berada di atas EMA 200, jadi kecenderungannya **beli**. Saat RSI turun ke kisaran 35–40, itu tanda **jenuh jual sementara** — bukan pemicu masuk, hanya konfirmasi bahwa harga sudah turun cukup jauh. Pemicu sebenarnya datang saat muncul lilin pin bar naik di support. Entry beli ditempatkan di atas lilin itu, stop loss di bawah ekornya, take profit di resistance terdekat.

Itu setup yang sederhana, masuk akal, dan **bisa diulang**.

Contoh lengkap: EMA, penolakan lilin, dan lot

Kondisi H1 XAUUSD:

Harga berada di 2.052,00, di atas EMA 200 H1 (2.048,00), sehingga arah kecenderungannya beli. Harga pullback ke 2.049,50, dekat EMA 50 H1 (2.049,00). RSI(14) membaca 38 — jenuh jual sementara, konfirmasi bukan pemicu. Lilin H1 pin bar naik: low 2.048,20, ditutup di 2.051,00.

Entry dan stop loss

Entry beli : 2.051,50 (di atas high pin bar)
 Stop loss : 2.047,50 (di bawah ekor, jarak \$4,00)
 Sasaran : 2.063,00 (resistance, jarak \$11,50)
 Perbandingan: 2,9

Lot (modal \$800, risiko 1,5%)

Risiko = \$12
 $LOT = \$12 \div (\$4,00 \times 100) = \$12 \div \$400 = 0.03 \text{ lot}$
 Cek: $0.03 \times 100 \times \$4,00 = \$12 \checkmark$

Yang memicu masuk adalah penolakan lilin di support ditambah EMA 50. Yang **tidak** memicu adalah RSI saja tanpa penolakan lilin — karena RSI hanya memberitahu harga sudah turun, bukan bahwa pembeli sudah kembali.

Uji sendiri: Tandai sepuluh momen di H1 bulan lalu saat RSI di bawah 35. Catat apakah harga naik minimal \$5 dalam 24 jam berikutnya. Persentase transaksi untung RSI saja sering di bawah 50% — bukti bahwa indikator tanpa konteks harga tidak cukup.

Saat kamu menambah indikator ke grafik, tanyakan: "Apakah ini memberitahu sesuatu yang belum terlihat di lilin?" Kalau jawabannya tidak, indikator itu hanya dekorasi yang membuat layar terlihat profesional — bukan keunggulan nyata.

ATR untuk menentukan jarak stop loss

ATR(14) di H1 hari ini misalnya \$4,50. Artinya rata-rata pergerakan per lilin H1 sekitar \$4,50. Stop loss \$1,50 di bawah entry scalping berarti stop loss ditempatkan di bawah riak harga normal — kemungkinan kena stop sebelum arah terbukti tinggi.

Aturan praktis: stop loss minimal setara $\text{ATR} \div 2$ untuk intraday, atau gunakan jarak struktur (di bawah swing low) jika lebih lebar. Modal \$400, risiko 2% = \$8, stop loss \$5,00 (mendekati ATR): $\text{lot} = \$8 \div (\$5 \times 100) = 0,016 \rightarrow 0.01$ lot. Cek: $0.01 \times 100 \times \$5 = \$5$. Indikator tidak memberi sinyal beli; ia memberi **jarak wajar** supaya stop loss tidak ditempatkan di tengah riak harga yang acak.

POIN KUNCI

- Indikator dihitung dari harga lampau; tidak ada yang memprediksi pasar.
- EMA untuk arah tren, RSI untuk konfirmasi, ATR untuk jarak stop loss.
- Lebih sedikit lebih baik: satu atau dua indikator plus price action cukup.
- Indikator adalah konfirmasi, bukan sinyal tunggal untuk entry.
- Hindari paket "indikator ajaib" dan tumpukan lima indikator sejenis.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah membatasi grafik ke maksimal tiga indikator
- ☐ Saya sudah memahami fungsi EMA 50 dan EMA 200
- ☐ Saya sudah memakai indikator hanya sebagai konfirmasi, bukan pemicu utama
- ☐ Saya sudah menolak sinyal indikator yang bertentangan dengan price action
- ☐ Saya sudah memakai ATR atau jarak struktur untuk menentukan stop loss

LATIHAN

Latihan 1 — Bandingkan dengan dan tanpa indikator. Satu minggu H1: tandai setup price action murni (S/R + penolakan lilin). Catat apakah EMA 50 searah. Hitung berapa persen yang searah:

Total setup PA	EMA searah	EMA melawan	Persentase searah
----------------	------------	-------------	-------------------

Latihan 2 — Uji RSI. Temukan sepuluh momen RSI di bawah 35 di H1 emas bulan lalu. Catat apakah harga naik minimal \$5 dalam 24 jam berikutnya:

No	Tanggal	RSI	Naik \$5+? (Ya/Tidak)
----	---------	-----	-----------------------

Latihan 3 — ATR untuk stop loss. Hitung ATR(14) di H1 hari ini. Tulis nilainya dan bandingkan dengan jarak stop loss minimum \$3 intraday dari konvensi buku.

BAB 2.11**KONFIRMASI ENTRY DARI BEBERAPA RENTANG WAKTU**

Setelah struktur, tren, support/resistance, likuiditas, penolakan lilin, dan tembusan palsu — kamu butuh **pemicu** terakhir sebelum menekan tombol beli atau jual.

Masuk tanpa konfirmasi setara judi. Masuk setelah beberapa faktor selaras punya peluang jauh lebih tinggi. Skor konfluensinya sudah dibahas di BAGIAN 2 Bab 9; bab ini menambahkan urutan pemeriksaannya, dari rentang waktu besar ke kecil, sampai lilin pemicu terakhir.

Tujuh hal yang diperiksa sebelum entry**1. Struktur pasar**

Transaksikan searah tren H4 atau Daily. Arah harus jelas: hari itu kamu hanya beli, hanya jual, atau tidak trading sama sekali.

2. Key level (S/R)

Entry ditempatkan di support atau resistance yang sah (BAGIAN 2 Bab 3), bukan di tengah-tengah grafik tanpa alasan.

3. Sapuan likuiditas (opsional, kuat)

Sapuan likuiditas sebelum pembalikan menandakan aktivitas pemain besar. Faktor ini tidak wajib, tapi menambah bobot setup.

4. Penolakan lilin atau lilin pemicu

Pin bar, engulfing, atau pola penolakan lain di level yang relevan, dengan konteks tren yang mendukung.

5. Kesesuaian antar rentang waktu

HTF (rentang waktu besar) menentukan arah, H1 menyiapkan setup, M15 memberi pemicu. Semakin banyak rentang waktu sejalan, semakin kuat konfirmasinya.

6. EMA 50 dinamis (opsional)

EMA (Exponential Moving Average, rata-rata bergerak eksponensial) 50 H1 sering bertindak sebagai support atau resistance dinamis. Kalau ia berkonfluens dengan level horizontal, setup menjadi lebih layak.

7. Volume konfirmasi (opsional)

Lonjakan volume di lilin entry menandakan partisipasi pemain besar. Faktor ini opsional karena tidak semua platform menampilkan volume emas dengan andal.

Hubungannya dengan skor di BAGIAN 2 Bab 9

Buku ini memakai satu skor saja, yaitu enam jenis alasan di BAGIAN 2 Bab 9: struktur, arah, zona, sinyal lilin, waktu, dan angka bersih. Skor 5–6 berarti layak diambil dengan risiko penuh, 4 berarti risiko separuh, di bawah itu dilewati.

Tiga hal di daftar tadi — sapuan likuiditas, EMA 50, dan lonjakan volume — tidak menambah angka pada skor itu. Ia menambah keyakinan, bukan poin. Kalau setiap hal tambahan ikut dihitung, angkanya akan selalu terlihat tinggi dan skornya kehilangan guna.

Satu hal yang bukan poin melainkan syarat: **lilin pemicu**. Tanpa lilin pemicu yang sudah ditutup, skor berapa pun tidak dieksekusi. Skor menjawab "apakah setup ini layak", pemicu menjawab "apakah sekarang waktunya".

Kerangka konfirmasi antar rentang waktu

Aturan emas: **HTF menentukan arah, LTF (rentang waktu kecil) memberi pemicu.**

Langkah 1: arah HTF (Daily / H4)

Periksa apakah Daily tren naik, tren turun, atau range. Lakukan hal yang sama di H4. Catat apakah keduanya selaras atau saling berbeda. Dari situ tentukan **arah hari ini**: beli, jual, atau tidak trading.

Langkah 2: setup MTF (rentang waktu menengah, H1)

Di H1, cari apakah ada pullback ke support atau resistance H4. Apakah setup sudah terbentuk? Tandai sebagai pra-sah — belum masuk, hanya persiapan.

Langkah 3: pemicu LTF (M15)

Tunggu **lilin pemicu** di M15: pin bar, engulfing, atau sapuan likuiditas diikuti pembalikan. Lilin pemicu inilah sinyal entry final.

Penelusuran — entry multi-rentang waktu:

Senin pagi, kamu membuka grafik emas dan mulai analisis dari atas ke bawah.

Di Daily, tren masih naik — puncak dan lembah makin tinggi. Arah hari ini: beli.

Di H4, harga sedang pullback dalam tren naik menuju support 2080. Belum ada lilin pin bar yang meyakinkan, jadi kamu menunggu.

Di H1, harga mendekati 2080. Pemicu belum muncul.

Sekitar jam 16:00 WIB, harga turun ke 2078 — menyapu \$2,00 di bawah 2.080. Sapuan likuiditas ini sering menandakan stop loss ritel terkena sebelum harga balik arah.

Lilin H1 berikutnya naik dan menutup di 2090. Badannya lebih besar dari ekornya — penolakan yang jelas.

Di M15, muncul lilin engulfing naik tepat setelah sapuan. Ini lilin pemicu.

Sebelum menekan tombol, kamu menghitung skornya dengan enam jenis alasan dari Bab 2.9. Struktur terpenuhi karena 2080 adalah support H4 yang sudah teruji. Arah terpenuhi karena Daily dan H4 sama-sama naik. Sinyal lilin terpenuhi lewat engulfing di M15. Waktu terpenuhi karena sesi London sedang aktif dan tidak ada rilis data. Angka bersih terpenuhi karena 2.080 adalah angka bulat. Yang tidak ada hanya zona order block. Skor 5 dari 6, jadi setup ini layak diambil dengan risiko penuh sesuai batasmu.

Sapuan likuiditas di 2078, EMA 50 H1 di 2085, dan lonjakan volume di lilin sapuan tidak menambah angka. Ketiganya membuat kamu lebih tenang menekan tombol, dan itu memang perannya. Entry beli di 2090.

Kapan tidak entry — menunggu dengan sabar

Trader berpengalaman **menolak** entry kalau:

1. Konfluens di bawah 3

Hanya satu atau dua faktor sejalan. Lewati dan tunggu setup yang lebih baik.

2. Arah HTF tidak jelas

Daily range dan H4 range — tidak ada tren untuk diikuti. Tunggu sampai arah terbentuk.

3. Setup di tengah grafik

Bukan di support atau resistance. Hanya pin bar muncul tanpa level. Lewati.

4. Pemicu tidak terkonfirmasi

Lilin M15 keragu-raguan, atau lilin berikutnya langsung berbalik arah. Lewati.

5. Rilis data berdampak besar dalam satu jam

NFP, FOMC, CPI — volatilitas lonjakan. Tunggu sampai 30 menit setelah rilis.

6. Kondisi mental tidak stabil

Stres, lelah, atau marah merusak pengambilan keputusan. **Lewati walaupun setup layak.**

Tidak entry bukan berarti kalah. Tidak entry berarti melindungi modal untuk setup yang lebih baik.

Karakteristik entry emas

1. Emas bergerak cepat — pemicu harus segera ditindak

Setelah lilin pemicu ditutup, harga sering **bergerak** dalam satu sampai tiga lilin berikutnya. Trader yang ragu-ragu melewatkan entry. Latih eksekusi cepat setelah pemicu sah.

2. Daftar konfluens harus disiapkan sebelum harga tiba

Sebelum harga mencapai level, **siapkan analisis**. Checklist konfluens sudah terisi saat pemicu muncul. Saat pemicu datang, tinggal **eksekusi** — bukan analisis baru dari nol.

3. Entry di pullback lebih aman

Daripada masuk penuh di lilin pemicu besar, tunggu **pullback 30–50%** untuk entry yang lebih baik. Kompromi yang umum: sebagian posisi di pemicu, sebagian lagi di pullback.

4. Emas sering menguji ulang level

Setelah pemicu pertama, level itu sering diuji ulang. Uji kedua yang menahan level memberi konfirmasi double bottom atau double top — setup berpeluang tinggi.

Kesalahan umum

Kesalahan	Akibat	Yang seharusnya
Entry hanya karena pin bar	Persentase untung 40–50%	Minimal tiga konfluens selaras
Entry di H4 tanpa pemicu M15	Timing buruk, stop loss kena	Tunggu lilin pemicu di M15
Entry saat rilis data	Stop loss kena spread melebar	Jauhi 15 menit sebelum/sesudah rilis
Memaksa entry hari itu	Setup dipaksakan, hasilnya rugi	Terima hari tanpa transaksi
Checklist konfluens saat harga sudah di level	Keputusan terburu-buru	Siapkan analisis sebelum harga tiba

Audit pra-transaksi

Sebelum setiap entry, jawab enam pertanyaan skor dari BAGIAN 2 Bab 9 dengan Ya atau Tidak:

- Struktur: harga di level yang sudah beberapa kali bereaksi?
- Arah: H4 dan Daily mendukung arah yang sama?
- Zona: ada order block atau zona supply-demand di titik itu?
- Sinyal lilin: penolakan terlihat di level itu?
- Waktu: jam aktif, dan tidak dekat rilis data?
- Angka bersih: harga di sekitar angka bulat?

Total Ya: ___ / 6. Lima atau enam berarti entry dengan risiko penuh, empat berarti risiko separuh, di bawah itu dilewati.

Lalu satu pertanyaan yang bukan bagian dari skor, tapi harus dijawab Ya sebelum tombol ditekan:

- Lilin pemicu di M15 sudah ditutup?

Kalau jawabannya Tidak, tidak ada entry berapa pun skornya. Sapan likuiditas, EMA 50, dan lonjakan volume dicatat sebagai keterangan tambahan, bukan poin.

POIN KUNCI

- Konfirmasi entry adalah pemicu terakhir setelah arah, level, dan konfluens terpenuhi.
- Skornya satu, yaitu enam jenis alasan di BAGIAN 2 Bab 9; sapan, EMA, dan volume tidak menambah poin.
- Kerangka universal: arah rentang waktu besar, pemicu di M15.
- Tidak masuk bukan kalah — melindungi modal untuk setup berikutnya.
- Audit pra-transaksi ditulis sebelum menekan tombol, bukan setelahnya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menulis skor konfluens sebelum entry
- ☐ Saya sudah menunggu skor minimal 4 sebelum masuk
- ☐ Saya sudah analisis top-down H4 → H1 → M15
- ☐ Saya sudah menyiapkan checklist sebelum harga mencapai level
- ☐ Saya sudah melewati setup yang skornya di bawah 4

LATIHAN

Latihan 1 — Audit sepuluh situasi. Grafik M15, dua minggu ke belakang. Pilih sepuluh momen dekat level S/R. Isi audit enam pertanyaan tanpa melihat hasil setelahnya, lalu catat apakah harga lanjut searah:

No	Skor /6	Pemicu ditutup? (Ya/Tidak)	Lanjut searah? (Ya/Tidak)

Latihan 2 — Pemicu versus non-pemicu. Bandingkan entry hipotetis di H4 saat pemicu muncul versus entry yang menunggu konfirmasi M15. Catat jarak SL yang dibutuhkan masing-masing (\$):

Entry H4 saja	stop loss (\$)	Entry M15 konfirmasi	stop loss (\$)	Selisih

Latihan 3 — Hari tanpa entry. Satu minggu demo: catat berapa hari skor konfluens ≥ 3 muncul versus hari kamu benar-benar masuk. Tulis kedua angka.

BAGIAN 3

MENGELOLA RISIKO DAN UKURAN POSISI

14 BAB

BAB 3.1

TIGA PILAR PENGELOLAAN RISIKO

Sebelum kamu pegang kalkulator lot, sebelum kamu hitung rumus, kamu harus **mengerti kenapa**. Banyak trader hapal rumus tapi gagal menjalankannya — karena mereka **tidak percaya** pentingnya pengelolaan risiko.

Bab ini bukan teori filosofis. Bab ini **definisi praktis** dan **prinsip yang harus kamu yakini** sebelum lanjut ke kalkulasi.

Apa itu pengelolaan risiko?

Definisi sederhana:

Pengelolaan risiko adalah sistem yang memastikan kamu masih punya akun setelah serangkaian kekalahan.

Itu saja. Bukan strategi untung, bukan formula menang. Sistem **bertahan hidup**.

Tiga pilar pengelolaan risiko

Pilar 1 — Batas kerugian

- Risiko per transaksi (1–2%)
- Batas rugi harian (3–4%)
- Batas mingguan (8–10%)
- Batas bulanan (15–20%)

Pilar 2 — Ukuran posisi

- Rumus lot berdasarkan modal dan jarak stop loss
- Disesuaikan dengan volatilitas emas
- Konsisten dari transaksi ke transaksi

Pilar 3 — Strategi keluar

- Stop loss wajib (tidak bisa ditawar)
- Take profit yang realistis (rasio risiko–imba 1:1,5–1:3)
- Trailing stop untuk mengunci untung

Tanpa ketiga pilar ini, strategi apapun hanya soal waktu sebelum satu transaksi buruk menghapus minggu atau bulan kerja. BAGIAN 3 Bab 2 sampai Bab 14 mengisi detail tiap pilar; bab ini fondasi supaya angka-angka di bab-bab itu punya alasan, bukan hanya aturan yang dihafal.

Prinsip praktis: sebelum membuka platform, tulis di catatan — risiko maksimum hari ini (\$), risiko per transaksi (%), dan batas rugi harian. Tiga angka itu menjadi filter sebelum analisis chart. Tanpa

angka tertulis, otak cenderung menaikkan lot setelah untung atau membalas dendam setelah rugi.

Kenapa pengelolaan risiko menjadi prioritas utama?

Argumen matematika:

Kalau akun turun 50%, kamu butuh **untung 100%** hanya untuk balik ke titik awal. Kalau akun turun 80%, kamu butuh **untung 400%**. Kalau akun turun 90%, kamu butuh **untung 900%**.

Rugi (%)	Untung yang dibutuhkan untuk kembali modal
10%	11%
20%	25%
30%	43%
50%	100%
70%	233%
80%	400%
90%	900%

Pelajaran: Pemulihan dari drawdown besar **sangat sulit**. Mencegah drawdown besar **jauh lebih mudah** daripada memulihkannya.

Sebelum kamu membuka platform besok pagi, tulis tiga angka di catatan: risiko maksimum per transaksi (dalam persen), batas rugi harian (dalam dolar), dan saldo awal hari ini. Angka-angka itu bukan formalitas — mereka menjadi filter sebelum analisis chart. Tanpa angka tertulis, otak cenderung menaikkan lot setelah untung atau membalas dendam setelah rugi. Tiga pilar di atas (batas kerugian, ukuran posisi, strategi keluar) adalah kerangka yang mengisi detail di bab-bab berikutnya; bab ini supaya kamu **percaya** kenapa angka itu tidak bisa dinegosiasikan.

Lima prinsip universal

Prinsip 1: Bertahan dulu, baru menyerang

- Bertahan dulu, baru menang
- Modal yang habis tidak bisa menghasilkan untung
- Akun yang masih hidup berarti peluang di masa depan masih ada

Prinsip 2: Risiko per transaksi harus kecil

- 1–2% per transaksi adalah standar profesional
- Trader ritel sukses biasanya memakai 0,5–1,5%
- Kalau lebih dari 2%, kamu menjudi

Prinsip 3: Konsistensi mengalahkan untung besar sesekali

- Rugi 5% sekali, pemulihan susah
- Rugi 1% lima kali, pemulihan mudah
- Stabilitas mengalahkan ledakan

Prinsip 4: Disiplin mengalahkan strategi

- Strategi rata-rata dengan disiplin tinggi cenderung untung jangka panjang
- Strategi hebat dengan disiplin rendah berakhir margin call
- Pengelolaan risiko adalah **bentuk disiplin tertinggi**

Prinsip 5: Angka, bukan perasaan

- Setiap keputusan harus punya angka konkret
- "Perasaan kuat" bukan alasan melanggar aturan
- Spreadsheet mengalahkan intuisi (untuk pemula–menengah)

Bayangkan dua trader dengan strategi identik: satu risiko 2%, satu risiko 5%. Setelah sepuluh rugi berturut (masih wajar dengan winrate 50%), yang pertama masih punya 82% modal; yang kedua tinggal 60%. Yang pertama masih bisa trading besok dengan kepala dingin; yang kedua sudah memikirkan "all in" untuk recovery. Pengelolaan risiko bukan membatasi potensi — ia memastikan kamu masih ada di meja setelah hari buruk.

POIN KUNCI

- Pengelolaan risiko bukan opsi, ini fondasi.
- Trader sukses bukan yang paling sering benar, tapi yang **paling sedikit kena kerugian besar**.
- Tiga pilar: batas kerugian, ukuran posisi, strategi keluar.
- Pemulihan dari drawdown besar jauh lebih sulit daripada mencegahnya.
- Lima prinsip universal berlaku sebelum kamu menyentuh kalkulator lot.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya pahami definisi pengelolaan risiko dengan kata-kata saya sendiri
- ☐ Saya tahu tiga pilar pengelolaan risiko
- ☐ Saya pahami matematika pemulihan (rugi vs untung yang dibutuhkan)
- ☐ Saya hafal lima prinsip universal
- ☐ Saya audit diri dan tahu titik lemah saya

LATIHAN

Latihan 1 — definisi pribadi Tulis dengan kata-kata kamu sendiri: **Definisi pengelolaan risiko menurut saya:**

Kenapa pengelolaan risiko penting buat saya pribadi (dalam konteks finansial saya):

Latihan 2 — Hitung pemulihan Hitung berapa untung (%) yang dibutuhkan untuk balik modal:

Modal awal	Saldo sekarang	Rugi (%)	Untung (%) yang dibutuhkan
\$1.000	\$800	___%	___%
\$1.000	\$500	___%	___%
\$1.000	\$300	___%	___%
\$1.000	\$100	___%	___%

Rumus:

$$\text{Rugi (\%)} = (\text{Awal} - \text{Sekarang}) \div \text{Awal} \times 100$$

$$\text{Untung yang dibutuhkan (\%)} = (\text{Awal} - \text{Sekarang}) / \text{Sekarang} \times 100$$

Contoh terisi:

Modal awal	Saldo sekarang	Rugi (%)	Untung (%) yang dibutuhkan
\$1.000	\$800	20%	25%
\$1.000	\$500	50%	100%
\$1.000	\$300	70%	233%
\$1.000	\$100	90%	900%

Latihan 3 — Audit diri lima prinsip Skor diri kamu sekarang (1-5, 1=sangat buruk, 5=sangat baik):

Prinsip	Skor (1-5)	Yang Perlu Diperbaiki
Defense > Offense	—	—
Risiko per transaksi kecil (1-2%)	—	—
Konsistensi > untung besar	—	—
Disiplin > strategi	—	—
Angka > perasaan	—	—
Total skor: ___ / 25		

- 20-25: Kamu sudah punya sikap matang
- 15-19: Cukup, lanjut perbaiki
- 10-14: Masih banyak PR, fokus di workbook
- < 10: Kamu **wajib** workbook ini dari A-Z

BAB 3.2

RISIKO PER TRANSAKSI DAN BATAS BERLAPIS

Risiko per transaksi adalah **angka tunggal paling penting** dalam trading kamu. Lebih penting dari strategi. Lebih penting dari indikator. Lebih penting dari instrumen.

Salah menetapkan risiko per transaksi berarti margin call dalam enam bulan, tidak peduli sehebat apa strategi kamu.

Contoh konkret: Modal \$500, kamu risiko 5% = \$25 per transaksi. SL emas intraday \$5,00 → lot = $\$25 \div (\$5 \times 100) = 0,05$ lot. Tiga kerugian berturut = $-\$75$ (−15% akun). Lima kerugian = $-\$125$ (−25%). Itu bukan skenario ekstrem — dengan persentase transaksi untung 50%, lima rugi berturut masih wajar statistiknya. Risiko 1% pada modal yang sama: lima rugi = $-\$25$ (−5%) — masih bisa trading normal besok. Perbedaan 4 poin persentase risiko bukan "sedikit lebih aman"; ia perbedaan antara akun pulih dalam seminggu versus akun butuh bulan pemulihan.

Aturan universal: 1–2% per transaksi

Standar industri:

- 0.5% — Trader ultra-konservatif (cocok untuk modal besar)
- 1% — Trader konservatif (paling direkomendasikan)
- 2% — Trader moderat (maksimum yang sehat)
- 3–5% — Trader agresif; risikonya tinggi dan buku ini tidak menyarankannya
- > 5% — **GAMBLING**, bukan trading

Aturan emas: Untuk pemula, mulai dari 1% dulu. Naik ke 1.5% atau 2% hanya setelah kamu konsisten untung 3-6 bulan.

Kenapa 1-2% (Bukan 5% atau 10%)?

Argumen 1: rangkaian rugi tidak bisa dihindari

Bahkan strategi terbaik kena rugi berturut-turut. Dengan winrate 50%, kemungkinan rugi berturut-turut:

Rugi berturut-turut	Kemungkinan terjadi (winrate 50%)
3x	12.5%
5x	3.1%
7x	0.78%
10x	0.10%

Statistik di atas berarti: dalam 1.000 transaksi, kamu **kemungkinan besar akan kena rugi sepuluh kali berturut-turut**.

Dengan risiko 1%: sepuluh kerugian berturut = drawdown 9,6%. Bisa dipulihkan. **Dengan risiko 5%:** sepuluh kerugian berturut = drawdown 40%. Pemulihan susah. **Dengan risiko 10%:** sepuluh kerugian berturut = drawdown 65%. Hampir margin call.

Argumen 2: Konsistensi mental

Dengan risiko 1%, otak tetap tenang saat rugi. Dengan risiko 5%, otak cenderung panik saat rugi. Otak panik memicu balas dendam, dan balas dendam berujung margin call.

Argumen 3: stabilitas akun

Trader profesional dan pengelola dana besar memakai 1–2% per transaksi. Bukan karena mereka bodoh, tapi karena mereka tahu **bertahan dulu baru menang**.

Batas keras berlapis

Risiko per transaksi saja tidak cukup. Tambahkan **empat lapisan batas** untuk perlindungan ekstra:

Lapisan 1 — Risiko per transaksi

- 1–2% modal per posisi

Lapisan 2 — Batas rugi harian

- 3–4% modal per hari
- Dua stop rugi berturut-turut berarti berhenti trading hari itu.

Lapisan 3 — Batas rugi mingguan

- 8–10% modal per minggu
- Kalau batas mingguan kena, jangan trading satu minggu penuh.

Lapisan 4 — Batas rugi bulanan

- 15–20% modal per bulan
- Kalau batas bulanan kena, tinjau ulang seluruh sistem sebelum lanjut.

Cara hitung risiko per transaksi

Rumus:

Risiko per transaksi (\$) = Modal × Risiko %

Contoh:

Modal \$500, risiko 1%

Risiko per transaksi = $\$500 \times 0,01 = \$5$

Modal \$500, risiko 2%

Risiko per transaksi = $\$500 \times 0,02 = \$10$

Tabel referensi — risiko per transaksi

Modal	Risiko 0,5%	Risiko 1%	Risiko 2%
\$50	\$0.25	\$0.50	\$1
\$100	\$0.50	\$1	\$2
\$200	\$1	\$2	\$4
\$500	\$2.50	\$5	\$10
\$1.000	\$5	\$10	\$20
\$2.000	\$10	\$20	\$40
\$5.000	\$25	\$50	\$100
\$10.000	\$50	\$100	\$200

POIN KUNCI

- Risiko per transaksi adalah **satu angka** yang menentukan apakah akun kamu hidup atau mati dalam satu tahun.
- 1–2% bukan saran konservatif — itu **standar profesional**.
- Risiko besar sering mengecoh ego, dan ego besar berujung margin call; risiko kecil melatih kesabaran, dan kesabaran membuat kamu bertahan.
- Empat lapisan batas (transaksi, harian, mingguan, bulanan) melindungi dari rangkaian rugi yang statistiknya pasti terjadi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tetapkan risiko per transaksi (1–2%)
- ☐ Saya tetapkan batas harian, mingguan, dan bulanan
- ☐ Saya hitung simulasi rangkaian rugi
- ☐ Saya pahami konsekuensi risiko besar
- ☐ Saya berkomitmen konsisten pada risiko per transaksi

LATIHAN

Latihan 1 — hitung risiko per transaksi kamu Isi sesuai akun kamu sekarang:

Modal saya: \$_____

Risiko per transaksi yang saya pilih: ____%

(Rekomendasi: 1% kalau pemula, 2% kalau konsisten)

Risiko per transaksi dalam \$: \$_____

Alasan saya memilih angka itu:

Latihan 2 — hitung batas keras Berdasarkan risiko per transaksi kamu:

Modal: \$_____

Batas rugi harian (4%): \$_____

Batas rugi mingguan (8%): \$_____

Batas rugi bulanan (15%): \$_____

Latihan 3 — simulator rangkaian rugi Simulasi: kamu kena 5 rugi berturut-turut. Akun kamu jadi berapa? Contoh terisi (modal \$1.000, risiko 2%):

Transaksi ke-	Saldo awal	Rugi (\$)	Saldo akhir
1	\$1.000	\$20 (2%)	\$980
2	\$980	\$19.60	\$960.40
3	\$960.40	\$19.21	\$941.19
4	\$941.19	\$18.82	\$922.37
5	\$922.37	\$18.45	\$903.92

Drawdown total: ~9.6% — masih sehat.

Sekarang kamu hitung (modal kamu, risiko kamu):

Transaksi ke-	Saldo awal	Rugi (\$)	Saldo akhir
---	---	---	---
1	\$_____	\$_____	\$_____
2	\$_____	\$_____	\$_____
3	\$_____	\$_____	\$_____
4	\$_____	\$_____	\$_____

5

\$ _____ \$ _____ \$ _____

Drawdown total: _____ %

Refleksi: Apakah drawdown ini membuat kamu panik atau masih tenang?

Latihan 4 — skenario terburuk Hitung: berapa rugi berturut-turut sampai akun kamu turun 50%?

Rumus aproksimasi:

Rugi berturut-turut untuk -50% = $\ln(0,5) \div \ln(1 - \text{risiko})$

Contoh:

Risiko 1% → $\ln(0.5) / \ln(0.99) = \sim 69$ rugi berturut-turutRisiko 2% → $\ln(0.5) / \ln(0.98) = \sim 34$ rugi berturut-turutRisiko 5% → $\ln(0.5) / \ln(0.95) = \sim 14$ rugi berturut-turutRisiko 10% → $\ln(0.5) / \ln(0.90) = \sim 7$ rugi berturut-turut

Tabel jadi:

Risiko (%)	Rugi berturut-turut untuk -50%
0.5%	~138
1%	~69
2%	~34
3%	~23
5%	~14
10%	~7
15%	~4
20%	~3

Refleksi:

Berapa rugi berturut-turut yang **realistis terjadi** ke kamu dalam 1 bulan?

Dengan risiko kamu sekarang, akun kamu **bertahan** atau **margin call**?

BAB 3.3

POSITION SIZING XAUUSD: RUMUS MASTER DAN TABELNYA

Dua bab sebelumnya menetapkan berapa persen akun yang boleh kamu risikokan. Bab ini menerjemahkan persen itu menjadi satu angka yang benar-benar kamu ketik di platform: **ukuran lot**.

Ini bab terpenting di seluruh buku. Bukan karena isinya sulit — rumusnya satu baris — tapi karena bab inilah yang menentukan apakah aturan risiko di bab sebelumnya benar-benar berlaku atau hanya niat. Aturan "risiko 2%" yang diterjemahkan salah ke lot bukan aturan 2%; ia aturan 20%, dengan nama yang menenangkan.

Satu rumus, dan alasannya

1,00 lot XAUUSD = 100 troy ons

Kalau harga bergerak \$1,00, satu lot berubah nilainya \$100.

$$\begin{aligned}\text{Risiko(\$)} &= \text{lot} \times 100 \times \text{jarak SL(\$)} \\ \text{LOT} &= \text{Risiko(\$)} \div (\text{jarak SL(\$)} \times 100)\end{aligned}$$

Angka 100 di rumus itu bukan hafalan sewenang-wenang. Ia jumlah ons dalam satu lot. Kalau kamu memegang 100 ons dan harga tiap ons bergerak \$1, kamu untung atau rugi \$100. Seluruh bab ini hanya penerapan kalimat itu.

Tabel berikut memperlihatkan hal yang sama tanpa rumus:

Harga bergerak	0.01 lot	0.05 lot	0.10 lot	0.50 lot	1.00 lot
\$0,10	\$0,10	\$0,50	\$1	\$5	\$10
\$0,50	\$0,50	\$2,50	\$5	\$25	\$50
\$1,00	\$1	\$5	\$10	\$50	\$100
\$5,00	\$5	\$25	\$50	\$250	\$500
\$10,00	\$10	\$50	\$100	\$500	\$1.000

Satu baris dari tabel itu layak dihafal karena membuat semua perhitungan lain bisa dikerjakan di kepala:

0.01 lot, harga bergerak \$1,00 → \$1

Artinya pada lot terkecil yang bisa dipasang, **jarak stop loss dalam dolar sama dengan kerugian dalam dolar**. Stop loss \$3,00 berarti rugi \$3. Tidak ada konversi, tidak ada faktor pengali.

Enam langkah

Contoh dijalankan sekali dari awal sampai akhir, dengan angka yang bisa kamu cocokkan.

Langkah 1 — Saldo. Bukan saldo yang kamu rencanakan, tapi yang ada sekarang.

$$\text{Saldo} = \$500$$

Langkah 2 — Persentase risiko. Bab sebelumnya menetapkan batasnya: maksimal 2%, dan 0,5% untuk tiga bulan pertama.

$$\text{Risiko} = 2\%$$

Langkah 3 — Risiko dalam dolar. Persen tidak bisa dipakai; dolar bisa.

$$\text{Risiko}(\$) = \$500 \times 2 \div 100 = \$10$$

Langkah 4 — Jarak stop loss, dibaca dari grafik. Ini satu-satunya angka yang datang dari chart, bukan dari kalkulator. Letak stop loss ditentukan oleh struktur harga — bab tentang stop loss membahas caranya — lalu jaraknya diukur dalam dolar.

$$\begin{aligned}\text{Entry} &= 2.650,00 \\ \text{SL} &= 2.647,50 \\ \text{Jarak} &= \$2,50\end{aligned}$$

Langkah 5 — Lot.

$$\text{LOT} = \$10 \div (\$2,50 \times 100) = \$10 \div \$250 = 0,04$$

Langkah 6 — Bulatkan ke bawah, lalu periksa ulang.

Selalu ke bawah. 0,047 menjadi 0,04, bukan 0,05. Pembulatan ke atas melewati batas risiko yang baru saja kamu tetapkan, dan melewatinya sedikit demi sedikit adalah cara paling umum batas itu berhenti berlaku.

Lalu periksa ulang dengan mengalikan kembali. Langkah ini yang menangkap kesalahan:

$$0,04 \times 100 \times \$2,50 = \$10 \quad \checkmark \quad \text{sama dengan risiko rencana}$$

Kalau hasil pemeriksaan tidak cocok dengan langkah 3, ada yang salah di salah satu langkah. Jangan diteruskan.

Pemeriksaan ulang: kenapa satu baris ini wajib

Satu baris di langkah 6 layak diperlakukan sebagai bagian dari rumus, bukan tambahan. Alasannya bisa dilihat dari kesalahan yang paling sering terjadi:

Salah : LOT = $\$10 \div \$2,50 = 4,00$ lot
 Benar : LOT = $\$10 \div (\$2,50 \times 100) = 0,04$ lot

Bedanya seratus kali. Yang salah lupa mengalikan jarak stop loss dengan 100 ons.

Kalau kamu memasang 4,00 lot dengan stop loss \$2,50, kerugianmu bukan \$10 tapi \$1.000 — dua kali seluruh akun \$500. Posisi itu akan ditutup paksa oleh broker jauh sebelum stop loss tersentuh.

Pemeriksaan ulang menangkap kesalahan ini dalam lima detik:

$4,00 \times 100 \times \$2,50 = \$1.000$
 \$1.000 dari akun \$500 = 200% → jelas salah, jangan dipasang

Ini bukan kesalahan teoretis. Kesalahan seratus kali dan sepuluh kali seperti ini ada di banyak materi trading emas yang beredar, sering di dalam satu halaman dengan rumus yang benar. Karena itu buku ini memakai satu satuan saja, dan karena itu langkah 6 ada.

Tabel siap pakai

Tabel berikut dibangkitkan dari rumus yang sama, jadi tidak mungkin berbeda dari prosanya. Tanda — berarti **lot terkecil pun sudah melewati batas risiko**: setup itu tidak boleh diambil dengan modal itu.

Risiko 2% per transaksi:

Modal	SL \$1,00	SL \$1,50	SL \$2,00	SL \$3,00	SL \$5,00	SL \$8,00	SL \$12,00	SL \$20,00
\$50	0.01	—	—	—	—	—	—	—
\$100	0.02	0.01	0.01	—	—	—	—	—
\$200	0.04	0.02	0.02	0.01	—	—	—	—
\$500	0.10	0.06	0.05	0.03	0.02	0.01	—	—
\$1.000	0.20	0.13	0.10	0.06	0.04	0.02	0.01	0.01
\$2.000	0.40	0.26	0.20	0.13	0.08	0.05	0.03	0.02
\$5.000	1.00	0.66	0.50	0.33	0.20	0.12	0.08	0.05
\$10.000	2.00	1.33	1.00	0.66	0.40	0.25	0.16	0.10

Risiko 1% per transaksi:

Modal	SL \$1,00	SL \$1,50	SL \$2,00	SL \$3,00	SL \$5,00	SL \$8,00	SL \$12,00	SL \$20,00
\$50	—	—	—	—	—	—	—	—
\$100	0.01	—	—	—	—	—	—	—
\$200	0.02	0.01	0.01	—	—	—	—	—
\$500	0.05	0.03	0.02	0.01	0.01	—	—	—

\$1.000	0.10	0.06	0.05	0.03	0.02	0.01	—	—
\$2.000	0.20	0.13	0.10	0.06	0.04	0.02	0.01	0.01
\$5.000	0.50	0.33	0.25	0.16	0.10	0.06	0.04	0.02
\$10.000	1.00	0.66	0.50	0.33	0.20	0.12	0.08	0.05

Perhatikan seluruh baris pertama tabel kedua: **akun \$50 tidak punya satu pun kolom yang bisa diisi pada risiko 1%**. Itu bukan kekurangan tabel. Itu keterangan yang jujur tentang apa yang bisa dilakukan modal \$50 di emas.

Kenapa banyak baris berisi tanda hubung

Broker ritel membatasi ukuran lot terkecil di 0,01. Batas itu tidak bisa ditawar, dan ia menetapkan kerugian minimum yang harus kamu terima untuk sebuah stop loss:

Jarak SL	Risiko di 0.01 lot	Modal min. (risiko 2%)	Modal min. (risiko 1%)
\$1,00	\$1	\$50	\$100
\$1,50	\$1,50	\$75	\$150
\$2,00	\$2	\$100	\$200
\$3,00	\$3	\$150	\$300
\$5,00	\$5	\$250	\$500
\$8,00	\$8	\$400	\$800
\$12,00	\$12	\$600	\$1.200
\$20,00	\$20	\$1.000	\$2.000

Sekarang gabungkan tabel itu dengan jarak stop loss yang benar-benar wajar untuk emas:

Gaya trading	Jarak SL wajar	Risiko di 0.01 lot	Modal min. (risiko 2%)
Scalping (M1–M5)	\$1,00 – \$3,00	\$1 – \$3	\$50 – \$150
Intraday (M15–H1)	\$3,00 – \$8,00	\$3 – \$8	\$150 – \$400
Swing (H4–D1)	\$10,00 – \$25,00	\$10 – \$25	\$500 – \$1.250

Dari dua tabel itu keluar tiga kesimpulan yang berlaku apa pun kata materi lain:

- **Di bawah \$50, emas tidak bisa ditradingkan dengan risiko terkendali.** Bukan sulit — tidak bisa, karena lot terkecil sekalipun sudah melewati 2%.
- **Modal \$50–\$150 hanya cukup untuk scalping,** dengan stop loss \$1,00–\$3,00. Dan bab tentang spread menjelaskan kenapa stop loss sesempit itu punya masalah sendiri.

- **Swing trading butuh minimal \$500**, karena stop loss \$10–\$25 pada lot terkecil sudah merugikan \$10–\$25.

Kalau lot hasil hitungan di bawah 0,01

Ini keadaan yang paling sering dijumpai pemodal kecil, dan jawabannya harus jelas karena empat dari lima jalan keluar yang beredar justru memperburuk.

Pilihan	Sah?	Kenapa
Menunggu setup dengan SL lebih sempit	Ya	Kalau strukturnya memang memberi SL sempit, bukan dipaksa
Menambah modal sampai cukup	Ya	Menyelesaikan penyebabnya
Melewati setup itu	Ya	Jawaban yang paling sering benar
Akun sen (<i>cents account</i>)	Hati-hati	Sah, tapi periksa spread dan reputasi brokernya lebih dulu
Memaksa 0,01 dengan risiko di atas 2%	Tidak	Ini akar dari akun habis
Mempersempit SL supaya lot masuk	Tidak	SL ditentukan struktur harga, bukan oleh ukuran modal

Baris kelima dan keenam adalah dua bentuk dari kesalahan yang sama: membiarkan keinginan masuk menentukan angka, bukan sebaliknya. Yang kelima jujur tentang risikonya dan tetap salah; yang keenam menyembunyikan risikonya, dan itu lebih buruk — stop loss yang dipersempit agar lotnya masuk akan tersentuh oleh pergerakan biasa, sehingga kamu rugi lebih sering dengan alasan yang tidak ada di sistemmu.

POIN KUNCI

- $\text{Risiko}(\$) = \text{lot} \times 100 \times \text{jarak SL}(\$)$. Angka 100 adalah jumlah ons dalam satu lot.
- $\text{LOT} = \text{Risiko}(\$) \div (\text{jarak SL}(\$) \times 100)$.
- Pada 0,01 lot, jarak SL dalam dolar sama dengan kerugian dalam dolar.
- Selalu bulatkan lot ke bawah.
- Selalu periksa ulang: $\text{lot} \times 100 \times \text{SL}$ harus sama dengan risiko rencana. Ini yang menangkap kesalahan sepuluh dan seratus kali.
- Kesalahan terbesar: lupa mengalikan jarak SL dengan 100 ons, yang membuat lot seratus kali lebih besar.
- Tanda – di tabel berarti setup itu tidak boleh diambil dengan modal itu.
- Di bawah \$50, emas tidak bisa ditradingkan dengan risiko terkendali.
- Modal \$50–\$150 hanya cukup untuk scalping; swing butuh minimal \$500.
- Kalau lot di bawah 0,01: tunggu setup lain, tambah modal, atau lewati. Jangan memaksa risiko lebih besar, dan jangan mempersempit stop loss.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya hafal $LOT = Risiko(\$) \div (SL(\$) \times 100)$
- ☐ Saya tahu kenapa angkanya 100, bukan 10
- ☐ Saya selalu membulatkan ke bawah
- ☐ Saya selalu memeriksa ulang dengan mengalikan kembali
- ☐ Saya tahu modal minimum untuk gaya trading saya
- ☐ Saya tahu apa yang saya lakukan kalau lot hasil hitungan di bawah 0,01
- ☐ Saya sudah mencetak baris tabel yang sesuai modal saya

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung tanpa kalkulator. Kerjakan ketiganya di kertas, termasuk baris pemeriksaan ulang.

Soal 1: Modal \$300, risiko 2%, SL \$3,00
 Risiko(\$) = _____ LOT = _____ ÷ (_____ × 100) = _____
 Bulatkan ke bawah: _____ Cek: _____ × 100 × _____ = \$ _____
 Soal 2: Modal \$1.500, risiko 1%, SL \$5,00
 Risiko(\$) = _____ LOT = _____ Cek: \$ _____
 Soal 3: Modal \$750, risiko 1,5%, SL \$2,00
 Risiko(\$) = _____ LOT = _____ Cek: \$ _____

Kunci: Soal 1 → **0,02 lot**, risiko nyata \$6. Soal 2 → **0,03 lot**, risiko nyata \$15. Soal 3 → **0,05 lot**, risiko nyata \$10. Soal 3 punya jebakan yang disengaja: hitungan idealnya 0,056, dan setelah dibulatkan ke bawah risikonya jadi \$10, bukan \$11,25. Pembulatan ke bawah selalu menghasilkan risiko lebih kecil dari rencana, dan itu memang yang diinginkan.

Latihan 2 — Tabel untuk modalmu sendiri. Isi dengan saldo aslimu, lalu cetak dan tempel di samping monitor.

Modal saya: \$ _____	Risiko 2% = \$ _____
Jarak SL LOT Risiko nyata Di dalam batas?	
\$1,50	_____ \$ _____ Ya / Tidak
\$2,00	_____ \$ _____ Ya / Tidak
\$3,00	_____ \$ _____ Ya / Tidak
\$5,00	_____ \$ _____ Ya / Tidak
\$8,00	_____ \$ _____ Ya / Tidak

Baris yang menghasilkan — adalah daftar setup yang harus kamu lewati sampai modalmu bertambah. Tulis daftar itu; ia lebih berguna daripada baris yang terisi.

Latihan 3 — Lima setup di grafik nyata. Buka grafik XAUUSD dan cari lima titik di mana kamu bisa masuk secara teori. Untuk setiap titik:

Entry \$ _____ SL \$ _____ Jarak \$ _____
 LOT = _____ Cek: _____ × 100 × _____ = \$ _____ (_____% akun)

Kalau persentase di baris terakhir melewati batasmu, kamu baru menemukan kesalahan hitung — bukan setup yang buruk. Ulangi sampai lima setup berurutan seluruhnya lulus pemeriksaan.

BAB 3.4

RISK-REWARD REALISTIS DAN EXPECTANCY

Pertanyaan yang paling sering diajukan pemula adalah "berapa persen tebakan saya harus benar supaya untung?" Jawabannya tidak bisa diberikan sebelum satu hal lain diketahui: seberapa besar keuntungan tiap tebakan benar dibandingkan kerugian tiap tebakan salah.

Bab ini menyatukan dua hal yang saling bergantung dan biasanya dibahas terpisah: perbandingan risiko terhadap sasaran, dan perhitungan yang memberitahu apakah caramu menghasilkan uang dalam jangka panjang. Yang pertama tidak berarti apa-apa tanpa yang kedua.

Perbandingan risiko terhadap sasaran

Untuk setiap transaksi, ada dua jarak: jarak ke stop loss, dan jarak ke sasaran. Perbandingan keduanya adalah angka yang menentukan berapa sering kamu perlu benar.

$$\text{Perbandingan} = \text{Jarak sasaran (\$)} \div \text{Jarak stop loss (\$)}$$

Contoh: masuk di 2.050,00, stop loss di 2.047,00, sasaran di 2.056,00.

$$\begin{aligned} \text{Jarak stop loss} &= \$3,00 \\ \text{Jarak sasaran} &= \$6,00 \\ \text{Perbandingan} &= \$6,00 \div \$3,00 = 2,0 \end{aligned}$$

Ini biasa ditulis sebagai 1:2 — mempertaruhkan satu untuk mengejar dua.

Winrate minimum untuk tiap perbandingan

Sekarang pertanyaan pembuka bisa dijawab. Untuk perbandingan tertentu, ada persentase minimum yang harus kamu capai agar tidak rugi:

$$\text{Winrate minimum} = 1 \div (1 + \text{perbandingan})$$

Perbandingan	Winrate minimum
1:1	50%
1:1,5	40%
1:2	33,3%
1:3	25%
1:4	20%

Tabel ini menjelaskan kenapa perbandingan yang lebih besar terasa menarik. Dengan 1:3, kamu bisa salah tiga dari empat kali dan masih tidak rugi.

Tapi ada dua hal yang membuat tabel itu belum lengkap, dan keduanya sering disembunyikan.

Yang pertama: biaya membuat angka itu naik

Tabel di atas mengabaikan spread. Padahal, seperti dijelaskan di BAGIAN 0 Bab 3, setiap posisi dimulai dalam keadaan rugi.

Kalau kita sebut risiko per transaksi sebagai R dan biaya spread sebagai c , maka transaksi menang menghasilkan $2R - c$ dan transaksi rugi menghasilkan $R + c$. Titik tidak rugi menjadi:

$$\text{Winrate minimum sesungguhnya} = (R + c) \div (3R) \quad \text{untuk perbandingan 1:2}$$

Contoh dengan angka nyata:

Modal \$1.000, risiko 2% = \$20

Jarak SL \$3,00 → lot = $\$20 \div (\$3,00 \times 100) = 0,066 \rightarrow 0.06$ lot

Cek ulang: $0,06 \times 100 \times \$3,00 = \$18$

Biaya spread \$0,25 → $0,06 \times 100 \times \$0,25 = \$1,50$ per transaksi

Winrate minimum tanpa biaya : 33,3%

Winrate minimum dengan biaya: $(\$18 + \$1,50) \div (3 \times \$18) = \$19,50 \div \$54 = 36,1\%$

Selisihnya hampir tiga poin persentase, dan itu hanya dari spread. Semakin pendek jarak stop loss yang kamu pakai, semakin besar porsi biaya terhadap risiko, dan semakin tinggi winrate minimum yang kamu butuhkan.

Ini alasan berhitung mengapa scalping dengan stop loss sangat pendek lebih sulit, bukan lebih mudah. Bab tentang spread saat rilis data dan bab tentang sikap scalping membahas akibat lainnya.

Yang kedua: perbandingan besar menurunkan winrate

Ini yang paling sering diabaikan. Perbandingan bukan angka yang bisa kamu pilih bebas tanpa akibat.

Sasaran yang lebih jauh berarti harga harus bergerak lebih lama tanpa berbalik menyentuh stop loss lebih dulu. Semakin jauh sasarannya, semakin kecil kemungkinan tercapai.

Perbandingan	Winrate minimum	Winrate yang biasanya tercapai
1:1	50%	55–65%
1:1,5	40%	45–55%
1:2	33,3%	38–48%
1:3	25%	25–35%
1:5	16,7%	12–20%

Perhatikan baris terakhir. Pada 1:5, winrate yang biasanya tercapai bisa turun **di bawah** minimumnya. Artinya mengejar sasaran yang sangat jauh bisa merugikan walaupun angka minimumnya terlihat mudah.

Untuk emas, rentang yang paling banyak dipakai adalah **1:1,5 sampai 1:3**. Di luar rentang itu, salah satu sisinya jadi tidak realistis.

Dan satu hal yang harus diletakkan lebih dulu daripada semuanya: **sasaran ditentukan oleh level di grafik, bukan oleh perbandingan yang kamu inginkan**. Kalau resistance terdekat hanya \$4,00 di atas entry sementara stop loss butuh \$3,00, perbandinganmu 1,3 — dan setup itu memang kurang layak. Yang salah adalah memindahkan sasaran ke \$9,00 di tempat yang tidak ada apa-apanya, hanya supaya angkanya jadi 1:3.

Expectancy: angka yang menentukan segalanya

Winrate saja tidak memberitahu apa pun. Expectancy memberitahu **berapa rata-rata uang yang kamu hasilkan atau hilangkan per transaksi**, dan inilah satu-satunya angka yang benar-benar menentukan apakah caramu berhasil.

$$\text{Expectancy} = (\text{Winrate} \times \text{Rata-rata untung}) - (\text{Lossrate} \times \text{Rata-rata rugi})$$

Contoh dari catatan seorang trader selama 100 transaksi:

Menang 42 kali, rata-rata untung \$36
 Rugi 58 kali, rata-rata rugi \$18

$$\begin{aligned}\text{Expectancy} &= (0,42 \times \$36) - (0,58 \times \$18) \\ &= \$15,12 - \$10,44 \\ &= \$4,68 \text{ per transaksi}\end{aligned}$$

Untuk 100 transaksi: $100 \times \$4,68 = \$468$

Winrate-nya hanya 42% — di bawah setengah. Tapi expectancy-nya positif, dan itu yang menentukan.

Sekarang bandingkan dengan winrate yang jauh lebih tinggi:

Menang 75 kali, rata-rata untung \$12
 Rugi 25 kali, rata-rata rugi \$40

$$\begin{aligned}\text{Expectancy} &= (0,75 \times \$12) - (0,25 \times \$40) \\ &= \$9 - \$10 \\ &= -\$1 \text{ per transaksi}\end{aligned}$$

Untuk 100 transaksi: $-\$100$

Winrate 75%, tapi rugi. Ini pola yang sangat umum, dan penyebabnya hampir selalu satu: menutup posisi untung terlalu cepat karena takut kehilangan untung, sambil membiarkan posisi rugi berjalan karena berharap berbalik.

Dua kebiasaan itu terasa berlawanan tapi berasal dari akar yang sama. Bab tentang takut setelah rugi membahasnya.

Ukurannya dalam satuan risiko, bukan dolar

Ada cara mencatat yang membuat perbandingan antar periode jadi mungkin walaupun ukuran akunmu berubah: nyatakan hasil tiap transaksi sebagai kelipatan risiko.

```
Rugi kena stop loss penuh      = -1,0
Untung dua kali jarak stop loss = +2,0
Ditutup di titik nol           = 0,0
Rugi separuh karena ditutup awal = -0,5
```

Dengan cara ini, expectancy jadi satu angka bersih:

Expectancy = jumlah seluruh hasil ÷ jumlah transaksi

Contoh 20 transaksi:

```
+2,0 -1,0 +2,0 -1,0 -1,0 +2,0 0,0 -1,0 +2,0 -1,0
-1,0 +2,0 +2,0 -1,0 -1,0 +2,0 -1,0 0,0 +2,0 -1,0
```

Jumlah = +6,0

Expectancy = 6,0 ÷ 20 = +0,30 per transaksi

Artinya rata-rata setiap transaksi menghasilkan 0,3 kali dari yang kamu risikokan. Kalau risikomu 2% akun, pertumbuhan rata-rata 0,6% per transaksi.

Keunggulannya: angka ini tetap sebanding walaupun modalmu naik dari \$500 ke \$5.000. Bab tentang mengukur performa sistem memakai cara ini.

Berapa banyak transaksi sebelum angkanya berarti

Ini yang paling sering dilanggar. Expectancy dari sepuluh transaksi tidak berarti apa-apa.

Jumlah transaksi	Seberapa bisa dipercaya
10	Tidak berarti. Sepenuhnya keberuntungan
30	Gambaran awal yang sangat kasar
50	Mulai bisa dilihat kecenderungannya
100	Cukup untuk keputusan awal
200+	Bisa dipercaya

Dengan dua transaksi sehari, seratus transaksi butuh sekitar dua setengah bulan. Itu waktu minimum sebelum kamu berhak menyimpulkan caramu berhasil atau tidak.

Inilah alasan berhitung di balik "enam bulan pertama adalah masa belajar" yang disebut di BAGIAN 0 Bab 2. Bukan kesabaran sebagai nilai moral, tapi karena angkanya memang belum ada sebelum itu.

POIN KUNCI

- $\text{Perbandingan} = \text{jarak sasaran} \div \text{jarak stop loss}$. Winrate minimumnya $1 \div (1 + \text{perbandingan})$.
- Tabel winrate minimum yang mengabaikan spread selalu terlalu optimis. Untuk 1:2 dengan stop loss \$3,00, minimumnya naik dari 33,3% ke sekitar 36%.
- Perbandingan yang lebih besar menurunkan winrate yang bisa dicapai. Pada 1:5, winrate nyata bisa jatuh di bawah minimumnya.
- Rentang wajar untuk emas: 1:1,5 sampai 1:3.
- Sasaran ditentukan oleh level di grafik, bukan oleh perbandingan yang diinginkan.
- $\text{Expectancy} = (\text{winrate} \times \text{rata-rata untung}) - (\text{lossrate} \times \text{rata-rata rugi})$. Ini satu-satunya angka yang menentukan.
- Winrate 75% bisa merugi. Winrate 42% bisa menguntungkan.
- Catat hasil dalam kelipatan risiko supaya sebanding walaupun modal berubah.
- Di bawah 50 transaksi, angkanya belum berarti. Keputusan awal butuh 100.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya menghitung perbandingan sebelum masuk, bukan sesudah
- ☐ Sasaran saya diletakkan di level nyata, bukan diatur supaya angkanya bagus
- ☐ Perbandingan saya berada di rentang 1:1,5 sampai 1:3
- ☐ Saya memasukkan biaya spread ke dalam perhitungan winrate minimum
- ☐ Saya mencatat hasil tiap transaksi dalam kelipatan risiko
- ☐ Saya tidak menyimpulkan apa pun dari kurang dari 50 transaksi

LATIHAN**Latihan 1 — Hitung winrate minimum dengan biaya.**

Modal \$_____, risiko ____% = \$_____
 Jarak SL \$_____ → Lot _____ → Cek ulang \$_____
 Spread \$_____ → Biaya per transaksi \$_____
 Perbandingan yang saya pakai: 1:_____
 Winrate minimum tanpa biaya : _____%
 Winrate minimum dengan biaya: _____%
 Selisihnya : _____ poin persentase

Latihan 2 — Hitung expectancy catatanmu. Ambil catatan demomu:

Jumlah transaksi menang : _____ Rata-rata untung: \$_____
 Jumlah transaksi rugi : _____ Rata-rata rugi : \$_____
 Winrate : _____%
 Expectancy : \$_____ per transaksi
 Untuk 100 transaksi: \$_____

Kalau expectancy-mu negatif sementara winrate-mu di atas 50%, periksa satu hal lebih dulu: berapa banyak transaksi yang kamu tutup manual saat untung kecil.

Latihan 3 — Ubah ke kelipatan risiko. Tulis ulang dua puluh transaksi terakhirmu sebagai kelipatan risiko, lalu jumlahkan:

Hasil dalam kelipatan risiko:

 Jumlah : _____
 Expectancy : _____ per transaksi
 Kalau risiko saya 2% akun, pertumbuhan rata-rata: _____% per transaksi

BAB 3.5

DRAWDOWN: TINGKAT KEPARAHAN DAN PROSEDUR PEMULIHAN

Drawdown adalah jarak antara puncak tertinggi akunmu dan titik terendah setelahnya. Kalau akun pernah mencapai \$1.200 lalu turun ke \$1.020, drawdown-mu 15%.

Bab ini menjelaskan kenapa angka itu lebih penting daripada saldo, berapa besar drawdown yang normal, dan prosedur yang dijalankan pada tiap tingkat keparahan. Dua hal yang biasanya dibahas terpisah — memahami drawdown dan memulihkan diri darinya — disatukan di sini, karena keduanya tidak berguna terpisah.

Drawdown tidak bisa dihindari

Ini titik awal yang harus diterima sebelum apa pun. Kalau winrate-mu 40%, berarti enam dari sepuluh transaksi rugi. Rangkaian rugi bukan kemungkinan, tapi kepastian statistik.

Rangkaian rugi berturut	Peluang terjadi (dengan lossrate 60%)
3 kali	21,6%
5 kali	7,8%
8 kali	1,7%
10 kali	0,6%

Angka-angka itu terlihat kecil, dan di situlah kesalahpahamanmu. Dalam seratus transaksi, rangkaian lima kerugian berturut diperkirakan terjadi **sekitar tiga kali**. Bukan mungkin. Diperkirakan.

Jadi pertanyaannya bukan apakah kamu akan mengalaminya, tapi berapa besar kerusakannya saat terjadi. Dan itu sepenuhnya ditentukan oleh satu keputusan: berapa persen yang kamu risikokan tiap kali.

Ukuran risiko menentukan seberapa dalam lubangnya

Tabel berikut menunjukkan drawdown setelah sejumlah kerugian berturut, untuk tiga tingkat risiko:

Risiko per transaksi	3 rugi	5 rugi	8 rugi	10 rugi	15 rugi
0,5%	1,5%	2,5%	3,9%	4,9%	7,2%
1%	3,0%	4,9%	7,7%	9,6%	14,0%
2%	5,9%	9,6%	14,9%	18,3%	26,1%

Bacalah kolom "10 rugi". Pada risiko 0,5%, sepuluh kerugian berturut hanya menghapus 4,9% akun — tidak menyenangkan, tapi sepenuhnya bisa dipulihkan. Pada risiko 2%, sepuluh kerugian yang sama menghapus 18,3%, dan menurut tabel pemulihan di bawah itu butuh kenaikan 22% untuk kembali.

Sekarang bayangkan risiko 10%, yang sering dipakai pemula tanpa sadar karena tidak menghitung ukuran lot: sepuluh kerugian berturut menyisakan sepertiga akun.

Kenapa lubang yang dalam sulit dipanjat

Ini tabel yang sama dengan yang ada di BAGIAN 0 Bab 2, dan diulang di sini karena inilah alasan seluruh prosedur di bab ini ada:

Drawdown	Kenaikan yang dibutuhkan untuk pulih
5%	5,3%
10%	11,1%
15%	17,6%
20%	25,0%
25%	33,3%
30%	42,9%
40%	66,7%
50%	100,0%

Perhatikan bahwa sampai 10%, kolom kanan hampir sama dengan kolom kiri. Setelah 20%, jaraknya melebar cepat.

Di situlah letak batasnya. **Drawdown di bawah 10% adalah biaya operasional. Drawdown di atas 20% adalah keadaan darurat.** Prosedur di bawah ini dibangun persis di sekitar garis itu.

Lima tingkat, dan tindakan untuk masing-masing

Tingkat	Drawdown	Sebutan	Tindakan
1	0–5%	Normal	Lanjutkan tanpa perubahan
2	5–10%	Waspada	Turunkan risiko ke separuh. Tinjau 10 transaksi terakhir
3	10–15%	Serius	Turunkan lagi ke seperempat. Maksimal satu transaksi per hari
4	15–20%	Kritis	Berhenti total 3 hari. Tinjau seluruh catatan bulan itu
5	Di atas 20%	Darurat	Berhenti. Kembali ke demo sampai 20 transaksi berurutan sesuai prosedur

Aturan yang membuat tabel ini bekerja: **tingkatnya dihitung dari puncak tertinggi akun, bukan dari modal awal.** Kalau akun tumbuh dari \$1.000 ke \$1.400 lalu turun ke \$1.200, drawdown-mu 14,3% — tingkat 3 — walaupun kamu masih untung dibanding modal awal.

Ini sering terasa tidak adil dan sering diabaikan. Padahal justru pada kondisi "masih untung dari modal awal" itulah orang paling mudah membiarkan penurunan berlanjut.

Kenapa memotong risiko benar-benar bekerja

Ini bisa dibuktikan dengan angka, bukan sekadar saran berhati-hati.

Bayangkan dua trader yang mengalami rangkaian sepuluh kerugian yang sama persis. Keduanya mulai dengan risiko 2%. Setelah lima kerugian pertama, keduanya berada di drawdown 9,6%.

Trader A – mengikuti prosedur, memotong risiko ke 1% di tingkat 2
 Setelah 5 rugi di risiko 2% : DD 9,61%
 Lanjut 5 rugi di risiko 1% : DD 14,04%

Trader B – tetap di risiko 2%
 Setelah 5 rugi di risiko 2% : DD 9,61%
 Lanjut 5 rugi tetap 2% : DD 18,29%

Selisihnya 4,25 poin persentase. Diterjemahkan ke pemulihan: Trader A butuh naik 16,3% untuk kembali ke puncak, Trader B butuh 22,4%.

Dan itu baru dari satu keputusan, diterapkan satu kali.

Prosedur pemulihan

Setelah drawdown mencapai tingkat 4 atau 5, urutan berikut dijalankan tanpa dipotong. Yang paling sering dilanggar adalah langkah 1.

Langkah 1 — Berhenti dulu. Tutup platform. Tiga hari untuk tingkat 4, tujuh hari untuk tingkat 5.

Alasannya bukan menenangkan diri secara umum. Alasannya, keputusan yang dibuat dalam keadaan sedang tertinggal secara sistematis lebih buruk, dan bab tentang revenge trading menjelaskan mekanismenya. Berhenti bukan bagian pemulihan yang opsional; ia yang mencegah drawdown 18% menjadi 45%.

Langkah 2 — Cari penyebabnya di catatan, bukan di ingatan. Ambil catatan transaksi periode drawdown itu dan jawab dengan angka:

Berapa transaksi yang melanggar batas risiko? _____
 Berapa yang tidak punya SL sejak awal? _____
 Berapa yang ditutup manual sebelum SL atau TP? _____
 Berapa yang alasannya tidak tertulis sebelum masuk? _____
 Berapa yang diambil dalam 15 menit sekitar rilis data? _____
 Berapa yang diambil di sesi Asia? _____

Langkah 3 — Tentukan mana dari dua penyebab ini yang terjadi. Hanya ada dua kemungkinan, dan tindakannya sangat berbeda:

Temuan di langkah 2

Artinya

Tindakan

Banyak jawaban tidak nol	Prosedurmu bocor. Sistemnya belum diuji	Perbaiki kepatuhan. Sistem tidak diubah
Hampir semua jawaban nol	Kamu menjalankan sistem dengan benar dan tetap rugi	Sistemnya yang perlu ditinjau

Ini perbedaan yang paling sering dilewatkan, dan akibatnya mahal. Orang yang prosedurnya bocor lalu mengganti sistemnya akan mengulang hal yang sama dengan sistem baru, dan menyimpulkan bahwa "tidak ada sistem yang bekerja".

Bab tentang mengukur performa sistem membahas cara menilai apakah sistemnya benar yang rusak.

Langkah 4 — Kembali dengan ukuran seperempat. Bukan ukuran penuh. Kalau batasmu 2%, mulai dari 0,5%.

Langkah 5 — Naikkan hanya setelah bukti. Sepuluh transaksi berurutan yang seluruhnya sesuai prosedur — terlepas dari untung atau rugi — baru mengizinkan kenaikan ke setengah batas. Sepuluh lagi baru mengizinkan kembali ke penuh.

Perhatikan bahwa syaratnya kepatuhan, bukan hasil. Sepuluh transaksi sesuai prosedur yang berakhir rugi tetap memenuhi syarat. Sepuluh transaksi untung yang dua di antaranya melanggar batas risiko tidak.

Batas rugi yang mencegah tingkat 4 tercapai

Cara terbaik menangani drawdown besar adalah tidak pernah mencapainya. Tiga batas berikut, dipasang berlapis, membuat drawdown tingkat 4 hampir tidak mungkin terjadi dalam satu periode:

Batas	Nilai	Kalau tersentuh
Harian	4% dari akun	Berhenti hari itu. Tidak ada pengecualian
Mingguan	8%	Berhenti sampai Senin berikutnya
Bulanan	12%	Berhenti sampai bulan berikutnya, jalankan prosedur pemulihan

Dengan risiko 2% per transaksi, batas harian 4% berarti **dua kerugian dalam sehari sudah cukup**. Itu bukan kebetulan; itu memang rancangannya. Bab tentang batas rugi harian, mingguan, dan bulanan membahas cara menegakkannya, termasuk cara yang tidak bergantung pada kemauan sendiri.

POIN KUNCI

- Drawdown dihitung dari puncak tertinggi akun, bukan dari modal awal.
- Rangkaian lima kerugian berturut diperkirakan terjadi sekitar tiga kali dalam seratus transaksi. Itu kepastian, bukan kemungkinan.
- Kedalaman lubangnya ditentukan oleh ukuran risiko: sepuluh kerugian berturut berarti 4,9% pada risiko 0,5%, dan 18,3% pada risiko 2%.
- Di bawah 10% adalah biaya operasional. Di atas 20% adalah keadaan darurat.
- Lima tingkat dengan tindakan berbeda: normal, waspada, serius, kritis, darurat.
- Memotong risiko separuh saat tingkat 2 menghemat 4,25 poin persentase drawdown dalam contoh sepuluh kerugian — dan 6 poin persentase pada pemulihannya.
- Setelah berhenti, tentukan lebih dulu apakah **prosedurmu** yang bocor atau **sistemmu** yang rusak. Salah menebak berarti mengulang kesalahan yang sama.
- Kembali dengan seperempat ukuran, dan naik berdasarkan kepatuhan, bukan hasil.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu puncak tertinggi akun saya, bukan hanya saldo sekarang
- ☐ Saya tahu drawdown saya sekarang dalam persen
- ☐ Saya tahu berada di tingkat berapa dan tindakan apa yang berlaku
- ☐ Batas harian, mingguan, dan bulanan saya sudah tertulis
- ☐ Saya menurunkan risiko saat masuk tingkat 2, bukan menunggu tingkat 4
- ☐ Kalau sedang di tingkat 4 atau 5, saya benar-benar berhenti
- ☐ Saya menaikkan ukuran berdasarkan kepatuhan, bukan hasil

LATIHAN**Latihan 1 — Hitung posisimu sekarang.**

Puncak tertinggi akun saya : \$ _____
 Saldo sekarang : \$ _____
 Drawdown : _____ %
 Tingkat : _____
 Tindakan yang berlaku : _____
 Risiko yang boleh saya pakai sekarang: _____ %

Latihan 2 — Tabel batas untuk modalmu.

Modal saya: \$ _____
 Batas harian 4% = \$ _____ → setara _____ kerugian di risiko 2%
 Batas mingguan 8% = \$ _____
 Batas bulanan 12% = \$ _____
 Tingkat 2 tercapai di saldo : \$ _____
 Tingkat 4 tercapai di saldo : \$ _____

Tulis dua angka terakhir di kertas dan tempel di dekat layar. Mengetahui angka persisnya sebelum kejadian jauh lebih efektif daripada menghitungnya saat sedang tertinggal.

Latihan 3 — Uji drawdown terburukmu di catatan. Dari seluruh catatan demomu, temukan rangkaian rugi terpanjang:

Rangkaian rugi terpanjang : _____ transaksi
 Drawdown yang dihasilkannya : _____ %
 Risiko yang saya pakai saat itu : _____ %
 Kalau risikonya separuh, drawdown-nya jadi: _____ %
 Apakah saya menurunkan risiko saat itu? Ya / Tidak

BAB 3.6

COMPOUND VERSUS WITHDRAW

Compound berarti keuntungan dibiarkan di akun sehingga ukuran posisi berikutnya ikut membesar.

Withdraw berarti sebagian keuntungan ditarik keluar.

Bab ini menyatukan dua pembahasan yang biasanya berdiri sendiri: matematika compound, dan pertanyaan kapan sebaiknya menarik uang. Keduanya harus dibahas bersama, karena angka compound yang berdiri sendiri adalah salah satu penyebab harapan yang tidak masuk akal.

Kekuatannya nyata

Pakai angka dari bab expectancy: sebuah cara dengan expectancy +0,3 kali risiko, dijalankan pada risiko 2%, menghasilkan rata-rata +0,6% per transaksi. Dengan dua transaksi sehari, sekitar 25 transaksi per bulan.

Lama	Jumlah transaksi	Akun dari modal \$1.000
1 bulan	25	\$1.161
3 bulan	75	\$1.566
6 bulan	150	\$2.453
12 bulan	300	\$6.017
24 bulan	600	\$36.207
36 bulan	900	\$217.863

Baris terakhir adalah tempat bab ini menjadi penting.

Aritmetikanya benar. \$1.000 menjadi \$217.863 dalam tiga tahun memang hasil perhitungan yang tepat dari +0,6% per transaksi. Tapi hasil itu praktis tidak pernah terjadi, dan alasannya bukan karena orangnya tidak cukup disiplin.

Kenapa baris terakhir tidak terjadi

Ada empat alasan, dan tidak satu pun bisa diatasi dengan lebih banyak semangat.

1. Expectancy tidak tetap. Angka +0,3 kali risiko diukur dari satu periode pasar tertentu. Emas punya masa ramai dan masa sepi. Cara yang menghasilkan +0,3 saat harga bergerak \$30 sehari bisa menghasilkan -0,1 saat harga bergerak \$8 sehari. Bab tentang lot dinamis dan rezim pasar membahas ini.

2. Ukuran posisi bertabrakan dengan kenyataan pasar. Pada akun \$1.000 dengan stop loss \$3,00 dan risiko 2%, ukuranmu 0.06 lot. Pada akun \$217.863, ukuran yang sama secara persentase menjadi 14.52 lot. Posisi sebesar itu tidak lagi terisi pada harga yang kamu lihat — kamu sendiri yang

menggerakkan harganya saat masuk dan keluar. Slippage yang tadinya \$0,05 menjadi bagian yang berarti dari keuntunganmu.

3. Otakmu berubah seiring angkanya. Risiko 2% dari \$1.000 adalah \$20 — jumlah yang mudah dilihat hilang. Risiko 2% dari \$50.000 adalah \$1.000. Persentasenya identik, tetapi kemampuanmu menekan tombol saat angkanya \$1.000 tidak identik. Bab tentang rangkaian untung membahas apa yang terjadi pada penilaian orang saat akunnya membesar cepat.

4. Satu pelanggaran menghapus banyak bulan. Ini yang paling menentukan. Setelah setahun akun \$1.000 menjadi \$6.017. Satu transaksi dengan risiko 40% — yang terjadi hanya karena ukuran lot tidak dihitung sekali saja — menghapus \$2.407 dan menyisakan \$3.610. Untuk kembali ke \$6.017 dibutuhkan pertumbuhan 66,7%, dan pada laju 16,1% per bulan itu berarti **sekitar tiga setengah bulan kerja** untuk memperbaiki satu kali lupa menghitung.

Compound bekerja dua arah. Bertumbuh perlahan dan menyusut cepat adalah sifat yang sama.

Kenapa withdraw bukan sekadar menikmati hasil

Menarik uang punya biaya yang bisa dihitung. Bandingkan empat bulan pertama dari contoh di atas, dengan dan tanpa penarikan setengah laba setiap bulan:

Compound penuh, 4 bulan:

Akun akhir \$1.818,85, di tangan \$0

Total \$1.818,85

Withdraw 50% laba tiap bulan:

bulan 1: laba \$161,31 ditarik \$80,66 akun \$1.080,66

bulan 2: laba \$174,32 ditarik \$87,16 akun \$1.167,82

bulan 3: laba \$188,39 ditarik \$94,19 akun \$1.262,01

bulan 4: laba \$203,58 ditarik \$101,79 akun \$1.363,80

Akun akhir \$1.363,80, di tangan \$363,80

Total \$1.727,60

Selisih: \$91,25 — atau 5,0% lebih kecil

Jadi biayanya nyata: 5% dari total pertumbuhan, untuk periode ini.

Yang didapat sebagai gantinya ada tiga, dan dua di antaranya tidak berupa uang.

Pertama, \$363,80 sudah tidak bisa hilang lagi. Angka di akun masih bisa menyusut; angka yang sudah di rekeningmu tidak.

Kedua, trading berhenti terasa seperti angka di layar. Ini terdengar lunak tapi akibatnya bisa diukur. Orang yang belum pernah menerima uang dari trading cenderung memperbesar ukuran posisi untuk mempercepat, karena hasilnya belum terasa nyata. Penarikan pertama, sekecil apa pun, memutus dorongan itu.

Ketiga, kamu menguji jalur penarikan brokermu saat jumlahnya masih kecil. Ini lanjutan dari uji penarikan di BAGIAN 0 Bab 4. Broker yang bermasalah lebih baik ditemukan pada \$80 daripada pada

\$8.000.

Aturan yang dipakai

Tidak ada angka yang benar untuk semua orang, tapi ada kerangka yang masuk akal menurut ukuran akun.

Ukuran akun	Yang di-compound	Yang ditarik
Di bawah \$500	100%	0% — akun masih terlalu kecil untuk berkurang
\$500 – \$2.000	70%	30%
\$2.000 – \$10.000	50%	50%
Di atas \$10.000	30%	70%

Polanya: **semakin besar akunnya, semakin banyak yang ditarik**. Ini kebalikan dari dorongan alami, dan itulah sebabnya perlu ditulis sebagai aturan.

Alasannya kembali ke empat sebab di atas. Akun besar tidak tumbuh dengan persentase yang sama seperti akun kecil, karena batas ukuran posisi dan tekanan psikologis mulai bekerja. Menarik lebih banyak pada akun besar berarti mengambil hasilnya saat pertumbuhan persentasenya memang melambat.

Dua aturan tambahan yang mencegah penarikan menjadi masalah baru:

Tarik dari laba, bukan dari modal. Kalau bulan itu tidak untung, tidak ada penarikan. Menarik dari modal saat sedang rugi adalah cara memperkecil akun tanpa memperkecil harapan, dan itu berakhir dengan risiko persentase yang membesar.

Tarik pada jadwal, bukan pada perasaan. Tetapkan tanggal, misalnya akhir bulan, dan jalankan apa pun keadaannya. Penarikan yang dilakukan "saat butuh" akan selalu bertabrakan dengan keadaan akun.

Menaikkan ukuran posisi seiring akun tumbuh

Satu hal yang sering luput: compound tidak berarti apa-apa kalau ukuran posisimu tidak ikut disesuaikan.

Kalau akun tumbuh dari \$1.000 ke \$1.500 tapi kamu tetap memakai 0.06 lot, risikomu turun dari 2% menjadi 1,2%. Tidak berbahaya, tapi pertumbuhannya bukan lagi compound — hanya penjumlahan.

Aturannya sederhana dan mencegah dua kesalahan sekaligus:

Hitung ulang ukuran lot setiap awal bulan, dari saldo awal bulan itu.
Bukan setiap transaksi, dan bukan setiap kali akun naik.

Menghitung ulang setiap transaksi menimbulkan masalah tersendiri: setelah kerugian, ukuranmu mengecil sedikit, sehingga pemulihannya jadi lebih lambat. Setelah keuntungan, ukuranmu membesar,

sehingga kerugian berikutnya lebih mahal. Bab tentang kapan menaikkan lot membahas syarat kenaikan yang lebih ketat.

POIN KUNCI

- Compound nyata: +0,6% per transaksi mengubah \$1.000 menjadi \$6.017 dalam setahun secara aritmetika.
- Tiga tahun menjadi \$217.863 juga benar secara aritmetika, dan praktis tidak pernah terjadi.
- Empat sebabnya: expectancy tidak tetap, ukuran posisi bertabrakan dengan likuiditas, otakmu berubah seiring angkanya, dan satu pelanggaran menghapus banyak bulan.
- Menarik setengah laba bulanan memakan sekitar 5% dari total pertumbuhan.
- Yang didapat: uang yang tidak bisa hilang lagi, dorongan memperbesar posisi yang mengendur, dan jalur penarikan broker yang teruji saat jumlahnya kecil.
- Semakin besar akun, semakin banyak yang ditarik — kebalikan dari dorongan alami.
- Tarik hanya dari laba, dan hanya pada jadwal.
- Hitung ulang ukuran lot setiap awal bulan, bukan setiap transaksi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu porsi compound dan porsi tarik untuk ukuran akun saya
- ☐ Tanggal penarikan saya sudah ditetapkan, bukan menunggu perasaan
- ☐ Saya tidak menarik apa pun dari bulan yang tidak untung
- ☐ Saya menghitung ulang ukuran lot setiap awal bulan
- ☐ Saya sudah pernah melakukan satu penarikan, sekecil apa pun
- ☐ Saya paham kenapa proyeksi tiga tahun di tabel tidak akan terjadi

LATIHAN**Latihan 1 — Proyeksi jujur untuk modalmu.**

Modal saya : \$_____
 Expectancy saya : _____ kali risiko (dari catatan, bukan harapan)
 Risiko per transaksi : _____ %
 Pertumbuhan rata-rata : _____ % per transaksi
 Transaksi per bulan : _____
 Proyeksi 3 bulan : \$_____
 Proyeksi 6 bulan : \$_____
 Proyeksi 12 bulan : \$_____

Kalau kamu belum punya 50 transaksi tercatat, kolom expectancy tidak bisa diisi. Itu jawaban yang benar, bukan alasan untuk menebak.

Latihan 2 — Hitung biaya penarikanmu. Pakai porsi tarik dari tabel:

Porsi tarik saya: _____ %
 Empat bulan compound penuh : \$_____
 Empat bulan dengan penarikan : akun \$_____ + di tangan \$_____ = \$_____
 Selisih : \$_____ (_____ %)
 Apakah selisih itu pantas ditukar dengan uang yang tidak bisa hilang? Ya / Tidak

Latihan 3 — Hitung harga satu pelanggaran.

Akun saya setelah 6 bulan (proyeksi): \$_____
 Satu transaksi dengan risiko 40% menghapus: \$_____
 Itu setara _____ bulan kerja

BAB 3.7

LOT DINAMIS DAN REZIM PASAR

Bab sebelumnya memakai risiko tetap — misalnya 1% — terlepas kondisi pasar. Bab ini membahas **lot dinamis**: ukuran posisi yang naik saat peluang lebih baik, dan turun saat peluang lebih buruk. Bukan keputusan emosional; ia hasil dari membaca **rezim pasar** sebelum setiap sesi.

Ukuran statis = lot atau persentase risiko sama setiap transaksi. **Ukuran dinamis** = lot disesuaikan dengan kondisi pasar dan jenis setup.

Filosofinya sederhana: keunggulan statistik setup-mu **tidak konstan**. Pasar trending membuat setup lanjutan lebih sering berhasil. Pasar choppy membuat semua setup lebih sering gagal. Logikanya: perbesar sedikit saat edge tinggi, perkecil saat edge rendah.

Lima rezim pasar

Rezim	Ciri utama	Pengali lot (setup cocok)	Pengali lot (setup tidak cocok)
Trending	HH/HL jelas, ADX > 25	1,1–1,3×	0,6–0,8× (counter-trend)
Range	Harga terkurung, ADX < 20	1,0–1,2× (pantulan di batas rentang)	0,6–0,8× (paksa trend)
Choppy	Arah tidak jelas, whipsaw	0,5–0,7× semua setup	— (lebih baik lewati)
Ekspansi volatil (pasca berita)	Arah jelas setelah 30+ menit	1,1–1,3× (lanjutan)	turunkan atau lewati
Kompresi pra-berita	Range mengecil, volume turun	0,5× atau lewati	lewati

Trending: higher high / higher low (naik) atau lower low / lower high (turun). Setup lanjutan (pullback, breakout) naik 5–10 poin persentase winrate; setup balik arah turun.

Range: harga memantul di batas atas/bawah. Setup pantulan di batas rentang unggul; breakout sering palsu.

Choppy: tidak ada arah. Semua setup lebih lemah. Opsi terbaik: tutup chart, tunggu rezim berubah.

Ekspansi volatil: setelah rilis data besar, arah sudah terbentuk. Lanjutan arah biasanya lebih andal — tapi stop loss perlu lebih lebar, jadi lot turun otomatis dari rumus.

Kompresi pra-berita: spread melebar, edge hampir nol. Setengah ukuran atau tidak trading sama sekali.

Cara mendeteksi rezim — tiga lapisan

Lapisan 1 — Cek visual (30 detik di H1)

Buka grafik H1 dan tentukan:

- HH/HL jelas → trending naik
- LL/LH jelas → trending turun
- Harga terkurung di batas → range
- Tidak ada pola jelas → choppy

Tingkat keyakinan menentukan tindakan: keyakinan tinggi → pakai pengali; sedang → ukuran dasar; rendah → turunkan ukuran.

Lapisan 2 — Konfirmasi indikator

ADX (Average Directional Index):

- $ADX > 25$ → trending
- $ADX 15-25$ → batas, pakai ukuran dasar
- $ADX < 15$ → choppy, turunkan ukuran

ATR (Average True Range):

- ATR melebar → volatil; perlebar stop loss, lot otomatis turun
- ATR menyempit → target lebih kecil
- ATR stabil → ukuran normal

Kombinasi ADX + ATR:

ADX	ATR	Artinya
Tinggi	Tinggi	Trend kuat, edge tinggi
Tinggi	Rendah	Trend lemah
Rendah	Tinggi	Choppy volatil — bahaya
Rendah	Rendah	Pasar mati — lewati

Lapisan 3 — Kesesuaian antar rentang waktu

M5, M15, H1, dan H4 searah → trending kuat. M5 dan H1 bertentangan → choppy atau transisi. H1 trending tapi M5 choppy → pullback (lanjutan masih mungkin). Lapisan ini **konfirmasi**, bukan deteksi utama.

Tujuh langkah menerapkan lot dinamis

1. Deteksi rezim (tiga lapisan di atas).
2. Tentukan jenis setup: lanjutan, balik arah, atau pantulan di batas rentang.

3. Cocokkan setup dengan rezim — cocok → pakai pengali; tidak cocok → lewati atau turunkan drastis.
4. Hitung ukuran dasar dengan rumus BAGIAN 3 Bab 3.
5. Kalikan risiko dengan pengali rezim (maksimum 1,5×).
6. Periksa ulang terhadap batas harian dan total eksposur.
7. Eksekusi.

Contoh hitungan

Contoh A — tren kuat, setup lanjutan

Deteksi : ADX 30, HH/HL jelas, M5–H1 searah naik
 Setup : pullback EMA (lanjutan)
 Kecocokan : ya

Risiko dasar $1,0\% \times \text{mutu setup } 1,25 \times \text{rezim trending } 1,2 \times = 1,5\%$ efektif
 Modal \$10.000 → risiko \$150
 Jarak SL \$8,00

LOT = $\$150 \div (\$8,00 \times 100) = 0,1875 \rightarrow$ dibulatkan ke bawah: 0.18 lot
 Cek: $0,18 \times 100 \times \$8,00 = \$144 \checkmark$ (di bawah \$150)

Contoh B — pasar bergolak, setup lanjutan

Deteksi : ADX 18, tidak ada HH/HL jelas, M5 dan H1 campur
 Setup : pullback EMA (lanjutan)
 Kecocokan : tidak — lanjutan di choppy = edge rendah

Keputusan terbaik: LEWATI

Kalau dipaksa (tidak disarankan):
 Risiko dasar $1,0\% \times \text{downgrade mutu } 1,0 \times \text{rezim choppy } 0,6 \times = 0,6\%$
 Modal \$10.000 → risiko \$60, SL \$8,00 → LOT = 0.07 lot

Contoh C — Range, pantulan di batas

Deteksi : ADX 15, range \$50 lebar, beberapa sentuhan di batas
 Setup : pantulan support/resistance
 Kecocokan : ya

Risiko dasar $1,0\% \times \text{mutu } 1,25 \times \text{rezim range } 1,1 \times = 1,375\%$
 Modal \$10.000 → risiko \$137,50
 Jarak SL \$5,00

LOT = $\$137,50 \div (\$5,00 \times 100) = 0,275 \rightarrow 0.27$ lot

Perhatikan angka Contoh A dan C: versi lama materi sumber menulis 1,8 lot dan 2,7 lot — sepuluh kali lebih besar karena konvensi satuan yang salah. Angka di atas sudah diverifikasi dengan rumus tunggal buku ini.

Rezim berubah — jangan kaku

Rezim tidak permanen. Transisi umum:

- Range → breakout → trending
- Trending → kelelahan → balik arah
- Trending → konsolidasi → range
- Choppy → katalis (berita) → trending

Trader yang terjebak rezim lama — masih trading setup trend saat pasar sudah range — kehilangan edge tanpa sadar.

Kapan deteksi ulang:

- Awal setiap sesi
- Setelah rilis berita berdampak tinggi
- Setelah dua kerugian berturut (rezim mungkin bergeser)
- Saat grafik terlihat berbeda dari pagi
- Ringkasan harian

Asumsi "kemarin trending, hari ini juga trending" adalah sumber kerugian yang bisa dihindari.

Skenario — lot dinamis melindungi akun

Trader Wati, 18 bulan pengalaman, akun \$15.000

Sembilan bulan pertama, Wati memakai 1% statis tanpa membedakan rezim:

Bulan	Rezim	Winrate	P/L
1–2	Trending	62–65%	+\$2.700
3–4	Choppy	45–48%	–\$1.900
5–6	Range	50–52%	–\$100
7–9	Trending	60–65%	+\$3.800
Total 9 bln			+\$4.500 (+30%)

Kerugian di periode choppy/range: ~\$2.200.

Sembilan bulan berikutnya, Wati menerapkan deteksi rezim harian dan pengali dinamis:

Bulan	Rezim	Tindakan	P/L
10–11	Trending	Naik ke 1,2–1,5%	+\$3.300

12–13	Choppy	Turun ke 0,5–0,7%, lewati setup ragu	–\$500
14–15	Range	Hanya setup pantulan di batas rentang	+\$1.000
16–18	Trending	Naik ke 1,2–1,5%	+\$4.500
Total 9 bln			+\$10.000 (+50%)

Kerugian di choppy: ~\$500, bukan \$2.200. Keterampilan trading sama; yang berbeda hanya ukuran posisi menurut rezim.

Kesalahan umum

1. Deteksi sekali, tidak pernah cek ulang

Senin tentukan "trending", Kamis pasar sudah choppy — lot tetap besar.

Perbaikan: cek rezim minimal sekali sehari, plus setelah berita.

2. Memaksakan label rezim

"Pasar seharusnya trending" → paksa setup trend di choppy → rugi.

Perbaikan: percaya indikator, lewati kalau tidak cocok.

3. Pengali terlalu agresif

Naik $2\times$ di trending. Satu balik arah menghapus untung berbulan-bulan.

Perbaikan: plafon pengali $1,5\times$.

4. Pengali tidak cocok jenis setup

Pakai pengali trend pada setup counter-trend.

Perbaikan: pengali per jenis setup, bukan seragam untuk semua.

5. Mengabaikan tanda transisi

Choppy mulai pecah arah — masih diperlakukan choppy.

Perbaikan: pantau tanda pergeseran rezim aktif.

6. Menurunkan semua transaksi seragam

Prinsipnya menurunkan setup yang tidak cocok rezim, bukan menurunkan semua tanpa beda.

Aturan praktis

1. Deteksi rezim harian wajib.
2. Tiga lapisan: visual + indikator + kesesuaian antar rentang waktu.
3. Pengali per rezim + kecocokan setup (trending+lanjutan naik; choppy+turunan).

4. Plafon pengali maksimum $1,5\times$.
5. Cek ulang setelah berita, setelah dua rugi berturut, dan di ringkasan harian.
6. Lewati ketidakcocokan rezim–setup, jangan dipaksa.

POIN KUNCI

- Keunggulan setup tidak konstan; ukuran posisi harus menyesuaikan rezim pasar.
- Lima rezim: trending, range, choppy, ekspansi volatil pasca-berita, kompresi pra-berita.
- Deteksi tiga lapisan: visual H1, ADX+ATR, kesesuaian antar rentang waktu.
- Pengali maksimum $1,5\times$; di choppy turunkan ke $0,5\text{--}0,7\times$ atau lewati.
- Contoh lot dinamis selalu melalui rumus tunggal — angka $10\times$ lebih besar dari materi lama adalah kesalahan konvensi satuan.
- Rezim kemarin tidak menjamin rezim hari ini; deteksi ulang wajib.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya deteksi rezim pasar di awal setiap sesi trading
- ☐ Saya tahu lima rezim dan pengali lot masing-masing
- ☐ Saya cocokkan jenis setup dengan rezim sebelum menghitung lot
- ☐ Saya tidak pernah melewati plafon pengali $1,5\times$
- ☐ Saya turunkan ukuran atau lewati saat pasar choppy
- ☐ Saya cek ulang rezim setelah rilis berita dan setelah dua rugi berturut
- ☐ Saya verifikasi lot dengan rumus tunggal, bukan estimasi

LATIHAN

Latihan 1 — Deteksi rezim hari ini Buka grafik XAUUSD H1 dan isi:

Tanggal : _____
 Pola visual (trend/range/choppy) : _____
 ADX H1 : _____
 ATR naik/turun/stabil : _____
 M5 vs H1 searah? : Ya / Tidak
 Rezim yang saya tentukan : _____
 Keyakinan (tinggi/sedang/rendah) : _____

Latihan 2 — Hitung lot dinamis Pakai saldo aslimu:

Saldo : \$ _____
 Risiko dasar : _____ %
 Jenis setup : _____
 Rezim hari ini : _____
 Pengali mutu × pengali rezim : _____ × _____ = _____
 Risiko efektif : _____ % = \$ _____
 Jarak SL : \$ _____
 LOT = \$ _____ ÷ (\$ _____ × 100) = _____
 Cek ulang: _____ × 100 × \$ _____ = \$ _____ ✓

Latihan 3 — Simulasi tiga rezim Untuk modal dan SL yang sama, hitung lot di tiga rezim:

Modal \$ _____, SL \$ _____, risiko dasar 1%
 Trending (×1,2) : risiko _____ % → lot _____
 Range (×1,0) : risiko _____ % → lot _____
 Choppy (×0,6) : risiko _____ % → lot _____
 Selisih lot trending vs choppy: _____ kali
 Apakah saya siap turunkan sejauh itu saat choppy? Ya / Tidak

BAB 3.8

SCALING IN YANG BENAR

Sampai sini, setiap gagasan trading berarti satu posisi: satu titik masuk, satu ukuran lot, satu stop loss. Bab ini membahas cara memecah satu gagasan itu menjadi beberapa titik masuk — namanya **scaling in** — dan sebagian besar isinya tentang cara membedakannya dari kebiasaan yang bentuknya mirip tapi menghabiskan akun.

Peringatan di depan: **bab ini bukan untuk pemula**. Kalau kamu belum punya 100 transaksi tercatat dengan ukuran lot yang selalu terhitung, lewati bab ini dan kembali nanti. Alasannya bukan kesulitan teknis. Alasannya: scaling in memberi cara yang terasa sah untuk menambah posisi, dan menambah posisi adalah hal yang paling ingin dilakukan orang yang sedang merugi.

Bentuknya

Satu gagasan, dipecah menjadi tiga titik masuk, dengan total ukuran yang sama:

Gagasan: beli emas, tren naik berlanjut

Satu titik masuk:
0,08 lot di 2.670

Bertahap:
0,04 lot di 2.670 (awal)
0,02 lot di 2.675 (setelah berlanjut)
0,02 lot di 2.680 (setelah berlanjut lagi)

Total tetap 0,08 lot. Yang berbeda hanya sebarannya.

Perhatikan kata "total tetap". Itu syarat pertama, dan pelanggarannya adalah cara paling umum scaling in berubah menjadi overlot.

Yang mirip tapi berlawanan

Dua hal berikut sama-sama berarti "menambah posisi", dan perbedaannya menentukan segalanya:

	Scaling in	Averaging down
Ditambahkan saat	posisi untung	posisi merugi
Titik tambahannya	ditentukan sebelum masuk	diputuskan saat itu
Total lot	dibatasi sejak awal	tumbuh sampai entah di mana
Stop loss	digeser mengikuti	biasanya digeser menjauh atau dihapus
Risiko total	tetap atau menurun	naik setiap penambahan
Yang mendorongnya	rencana	harapan

Baris pertama sudah cukup untuk memisahkan keduanya. Kalau kamu menambah posisi sementara posisi yang ada sedang merugi, apa pun namanya, itu averaging down.

Kenapa averaging down mematikan, dengan angka

Ini perlu dilihat sebagai hitungan, bukan sebagai peringatan.

Akun \$1.000, beli emas di 2.670 dengan 0,05 lot. Rencana awalnya stop loss \$6, yang berarti kerugian \$30 — 3% akun.

Lalu stop loss itu tidak dipasang, dan penambahan dilakukan setiap harga turun \$10:

Harga 2.670	beli 0,05	→ total 0,05
Harga 2.660	rugi mengambang \$50 (5%)	
	beli 0,05 lagi "biar rata-rata turun"	→ total 0,10
Harga 2.650	rugi mengambang \$150 (15%)	
	beli 0,10 lagi	→ total 0,20
Harga 2.640	rugi mengambang \$350 (35%)	

Harga bergerak \$30 — kejadian yang normal untuk emas dalam satu atau dua hari. Yang berubah bukan pasarnya, tapi ukuran posisinya:

Dengan stop loss \$6 sejak awal	:	rugi \$30	(3% akun)
Dengan averaging down	:	rugi \$350	(35% akun)

Sebelas kali lebih besar, dari pergerakan yang sama. Dan pada 35%, bab tentang drawdown menunjukkan bahwa pulih butuh kenaikan 54%.

Ada satu hal lagi yang membuat pola ini sulit dihentikan: **setiap penambahan terasa berhasil pada saat dilakukan**, karena harga rata-rata memang turun dan titik impas memang jadi lebih dekat. Yang tidak terlihat adalah bahwa jarak ke stop out juga mendekat, lebih cepat.

Tiga syarat, dan semuanya wajib

Syarat 1 — Total lot dibatasi sebelum posisi pertama dibuka.

Batasnya dihitung dari risiko yang diizinkan untuk gagasan itu, bukan per posisi:

Akun \$5.000, risiko 1% untuk satu gagasan	=	\$50
Jarak stop loss awal	\$6,00	
Total lot maksimal = $\$50 \div (\$6,00 \times 100) = 0,083 \rightarrow 0,08$		

Angka 0,08 itu adalah plafon. Ketiga titik masuk berbagi angka itu; mereka tidak masing-masing mendapat 0,08.

Syarat 2 — Titik tambahannya ditulis sebelum posisi pertama dibuka.

Bukan "nanti saya lihat". Ditulis: harga berapa, lot berapa, dan stop loss digeser ke mana. Kalau harga tidak mencapai titik itu, penambahan tidak terjadi — dan itu hasil yang normal, bukan peluang yang hilang.

Syarat 3 — Risiko total tidak pernah melebihi risiko awal.

Ini yang membuat scaling in aman, dan cara mencapainya adalah menggeser stop loss setiap kali menambah. Contohnya dijalankan penuh:

```
MASUK 1  0,04 lot di 2.670, SL 2.664
          Risiko:  $0,04 \times 100 \times \$6,00 = \$24$     (0,48% akun)

Harga naik ke 2.675.

MASUK 2  0,02 lot di 2.675, SL seluruh posisi digeser ke 2.670
          Posisi 1: SL di harga masuknya → risiko $0
          Posisi 2:  $0,02 \times 100 \times \$5,00 = \$10$ 
          Risiko total sekarang: $10    (0,20% akun)

Harga naik ke 2.680.

MASUK 3  0,02 lot di 2.680, SL seluruh posisi digeser ke 2.675
          Posisi 1: terkunci untung  $0,04 \times 100 \times \$5,00 = +\$20$ 
          Posisi 2: SL di harga masuknya → $0
          Posisi 3:  $0,02 \times 100 \times \$5,00 = -\$10$ 
          Hasil terburuk sekarang: +$10 — sudah tidak mungkin merugi
```

Perhatikan kolom risikonya: \$24, lalu \$10, lalu keuntungan yang terjamin. **Risiko menurun di setiap penambahan.** Itu tanda pengenalan scaling in yang dijalankan dengan benar, dan kalau angkammu bergerak ke arah sebaliknya, yang kamu lakukan bukan scaling in.

Total lot akhir 0,08 — persis plafon dari syarat 1.

Harga yang dibayar

Scaling in bukan pilihan yang lebih baik, hanya pilihan yang berbeda. Yang dikorbankan:

- **Keuntungan lebih kecil saat kamu benar.** Kalau harga langsung naik dari 2.670 tanpa berhenti, posisimu di titik itu hanya setengah dari yang seharusnya. Satu titik masuk penuh akan menghasilkan lebih banyak.
- **Biaya masuk berkali-kali.** Tiga posisi berarti tiga kali spread. Untuk scalping dengan target kecil, ini saja bisa membuat seluruh gagasannya tidak layak.
- **Lebih banyak yang harus diurus.** Tiga posisi dengan tiga stop loss yang harus digeser bersamaan, di saat harga bergerak. Kesalahan menggeser satu stop loss membatalkan seluruh perlindungan di atas.

Poin terakhir yang membuat bab ini menuntut pengalaman. Menggeser tiga stop loss dengan benar sambil harga bergerak adalah keterampilan mekanis, dan dilatihnya di demo.

Kapan sebaiknya tidak

Empat keadaan di mana satu titik masuk lebih baik:

- **Scalping.** Target terlalu dekat untuk menanggung tiga kali spread.
- **Menjelang rilis data.** Menambah posisi ke dalam lonjakan berarti menambah di harga yang tidak kamu pilih. BAGIAN 6 menjelaskannya.
- **Modal di bawah \$1.000.** Membagi 0,08 lot bisa dilakukan; membagi 0,02 lot tidak, karena setiap bagian harus minimal 0,01. Pada modal kecil, satu titik masuk bukan pembatasan — itu satu-satunya bentuk yang tersedia.
- **Saat kamu ingin menambah karena posisinya merugi.** Ini bukan keadaan pasar, tapi ia yang paling sering muncul, dan jawabannya selalu sama.

POIN KUNCI

- Scaling in adalah memecah satu gagasan menjadi beberapa titik masuk dengan total lot yang sudah dibatasi sejak awal.
- Bedanya dengan averaging down ada di satu baris: scaling in menambah saat untung, averaging down menambah saat merugi.
- Averaging down mengubah kerugian 3% menjadi 35% dari pergerakan \$30 yang normal.
- Setiap penambahan averaging down terasa berhasil saat dilakukan, karena titik impas mendekat — sementara jarak ke stop out mendekat lebih cepat.
- Tiga syarat wajib: total lot dibatasi sebelum posisi pertama, titik tambahan ditulis sebelum masuk, risiko total tidak pernah melebihi risiko awal.
- Cara memenuhi syarat ketiga: geser stop loss seluruh posisi setiap kali menambah.
- Kalau risiko totalmu naik saat menambah, yang kamu lakukan bukan scaling in.
- Harganya: keuntungan lebih kecil saat kamu benar, biaya masuk berkali-kali, dan lebih banyak yang bisa salah dijalankan.
- Tidak dipakai untuk scalping, menjelang rilis data, atau modal di bawah \$1.000.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya 100 transaksi tercatat sebelum memakai cara ini
- ☐ Saya bisa menyebut perbedaan scaling in dan averaging down dalam satu baris
- ☐ Total lot maksimal saya dihitung sebelum posisi pertama dibuka
- ☐ Titik tambahan dan letak stop loss barunya saya tulis sebelum masuk
- ☐ Risiko total saya menurun di setiap penambahan, bukan naik
- ☐ Saya sudah melatih menggeser beberapa stop loss sekaligus di demo
- ☐ Saya tidak pernah menambah posisi yang sedang merugi

LATIHAN

Latihan 1 — Rencana bertahap, di kertas. Untuk saldo aslimu, susun rencana lengkap sebelum menyentuh platform:

Saldo : \$ _____
 Risiko untuk satu gagasan : _____% = \$ _____
 Jarak SL awal : \$ _____
 Total lot maksimal : \$ _____ ÷ (\$ _____ × 100) = _____
 Masuk 1: _____ lot di _____, SL _____ risiko \$ _____ (____%)
 Masuk 2: _____ lot di _____, SL digeser ke _____ risiko total \$ _____
 Masuk 3: _____ lot di _____, SL digeser ke _____ risiko total \$ _____

Kalau baris risiko total tidak menurun dari atas ke bawah, rencananya salah. Ulangi sampai menurun.

Latihan 2 — Hitung sendiri harga averaging down. Pakai saldo aslimu dan lot normalmu:

Saldo saya : \$ _____
 Lot normal saya : _____
 Rugi kalau SL \$6 kena sekali : \$ _____ = _____%
 Kalau saya menambah lot yang sama setiap harga turun \$10,
 dan harga turun \$30 total:
 posisi 1 rugi : \$ _____
 posisi 2 rugi : \$ _____
 posisi 3 rugi : \$ _____
 total : \$ _____ = _____%
 perbandingannya dengan SL sekali: _____ kali lebih besar

Simpan angka terakhir. Ia lebih berguna daripada niat untuk tidak melakukannya.

Latihan 3 — Latih mekanismenya di demo. Jalankan satu rencana bertahap penuh di akun demo, tiga kali. Yang dinilai bukan hasilnya:

Apakah ketiga titik masuk sesuai rencana : Ya / Tidak
 Apakah saya menggeser SL semua posisi tiap tambah: Ya / Tidak
 Apakah total lot tidak melewati plafon : Ya / Tidak
 Berapa detik saya butuh untuk menggeser semua SL : _____

Kalau baris kedua pernah "tidak", kembali ke satu titik masuk. Scaling in tanpa penggeseran stop loss hanyalah posisi yang tiga kali lebih besar.

BAB 3.9

KONTROL EKSPOSUR

Bab tentang risiko per transaksi mengatur **satu posisi**. Bab ini mengatur **total eksposur** — gabungan semua posisi terbuka sekaligus. Tiga transaksi masing-masing "risiko 1%" terasa aman; kalau ketiganya bergerak searah saat berita, kerugian nyata bisa jauh lebih besar dari 3%.

Empat jenis eksposur

1. Eksposur modal

Total dolar yang hilang kalau semua stop loss kena:

Eksposur modal = jumlah (lot × jarak SL × 100) untuk setiap posisi

Contoh (akun \$10.000):

Posisi	Lot	Jarak SL	Risiko
Long XAUUSD #1	0,30	\$10	\$30 (0,3%)
Long XAUUSD #2	0,20	\$8	\$16 (0,16%)
Short XAUUSD (hedge)	0,10	\$6	\$6 (0,06%)
Total			\$52 (0,52%)

2. Eksposur arah

Seberapa banyak posisi bergerak ke arah yang sama:

Posisi 1: long emas (anti-dolar)
 Posisi 2: long emas lagi
 Posisi 3: short indeks dolar (DXY)
 Ketiganya = taruhan "dolar lemah" — bukan tiga taruhan independen.

Kalau dolar tiba-tiba menguat, semua bisa kena stop loss bersamaan.

3. Eksposur korelasi

Instrumen yang bergerak serupa dihitung sebagai satu taruhan efektif:

Pasangan	Korelasi dengan emas
Perak (XAGUSD)	0,80–0,90 (sangat tinggi)
EURUSD	0,60–0,75 (positif)

Indeks dolar (DXY)

-0,70--0,85 (negatif)

Long emas + long perak + long euro = **satu taruhan besar**, bukan tiga taruhan kecil.

4. Eksposur tema

Konsentrasi pada satu narasi pasar:

- Tema "risk-on": long saham, long AUD, short yen, short emas
- Tema "risk-off": long emas, short saham, long yen

Semua posisi satu tema = taruhan terkonsentrasi pada satu skenario.

Kerangka anggaran eksposur

Langkah 1 — Tetapkan plafon total

Profil	Plafon eksposur total (semua SL kena)
Konservatif	3% akun
Moderat	4–5%
Agresif	6% (maksimum untuk ritel lanjutan)

Kenapa tidak lebih tinggi? Stop loss beberapa posisi sering kena bersamaan saat berita. Kapasitas mental mengelola lima posisi chaos terbatas.

Langkah 2 — Alokasi per posisi

Akun \$10.000, plafon 4% = \$400 maksimum

Opsi A – empat posisi sama:

masing-masing 1,0% = \$100 → maksimal empat posisi

Opsi B – dengan cadangan:

Posisi 1 (keyakinan tinggi): 1,5% = \$150

Posisi 2: 1,0% = \$100

Posisi 3 (uji): 0,5% = \$50

Cadangan: \$100

→ maksimal tiga posisi aktif + buffer

Langkah 3 — Sesuaikan untuk korelasi

Dua posisi berkorelasi tinggi ($> 0,7$) dihitung sebagai $\sim 1,5$ posisi efektif. Tiga posisi satu tema dihitung sebagai ~ 2 posisi efektif. Kurangi ukuran atau lewati posisi ketiga.

Langkah 4 — Batas keras

- Maksimal 5 posisi bersamaan (beban mental)

- Maksimal 6% eksposur total
- Maksimal 50% eksposur satu arah (misalnya maks 3% taruhan anti-dolar)
- Maksimal 60% eksposur satu keluarga instrumen (misalnya logam)

Contoh perhitungan

Contoh 1 — Tiga posisi emas, tampak kecil

Akun \$10.000, plafon 4%

Posisi 1: long XAUUSD 0,30 lot, SL \$10 → \$30 (0,3%)
 Posisi 2: long XAUUSD 0,20 lot, SL \$8 → \$16 (0,16%)
 Posisi 3: long perak 0,30 lot, SL \$0,50 → \$15 (0,15%)

Total mentah: \$61 = 0,61% — terlihat aman

Cek korelasi:

- Dua posisi emas sebenarnya satu arah ganda.
- Emas dan perak berkorelasi sekitar 0,85.

Faktor konsentrasi: ~2×

Eksposur efektif: $0,61\% \times 2 \approx 1,2\%$

Masih di bawah plafon, tapi jauh dari "0,61%".

Contoh 2 — Terlalu terkonsentrasi

Empat posisi "dolar lemah":

Long emas 0,50 lot, SL \$10	→ \$50
Long perak 1,00 lot	→ \$20
Long euro 0,50 lot	→ \$15
Long AUD 0,50 lot	→ \$12

Total mentah: \$97 = 0,97%

Faktor konsentrasi: 2,5–3×

Eksposur efektif: 2,4–3,0% — mendekati plafon

Keputusan: lewati posisi keempat, kurangi perak ke 0,50 lot

Contoh 3 — Lebih tersebar

Long emas 0,50 lot, SL \$10 → \$50 (0,5%)
 Short yen 0,30 lot, SL ¥25 → \$12 (0,12%) — korelasi lemah dengan emas
 Posisi lain di sesi berbeda, arah campur

Total mentah: \$62

Faktor konsentrasi: ~1,3×

Eksposur efektif: ~0,8%

Diversifikasi bekerja.

Pemantauan real-time

Buat tabel di spreadsheet (Google Sheets atau Excel):

#	Arah	Lot	SL (\$)	Risiko \$	Risiko %	Tema
1	Long XAU	0,30	10	30	0,30%	Anti-USD
2	Long XAU	0,20	8	16	0,16%	Anti-USD

Baris bawah:

Total mentah : \$46 = 0,46%
 Konsentrasi tema : Anti-USD 0,46%
 Eksposur efektif : ~0,69% (×1,5 karena dua posisi emas)
 Plafon : 4,00%
 Sisa ruang : 3,31%

Sebelum buka posisi baru, hitung ulang. Lewati kalau plafon terlewati — meski setup terlihat sempurna.

Tinjauan harian:

Puncak eksposur hari ini : ____%
 Konsentrasi tema maksimum : ____%
 Jumlah posisi maksimum : ____
 Plafon terlewati? : Ya / Tidak

Skenario — eksposur tanpa kontrol vs dengan kontrol

Andi, akun \$15.000, hari rilis Fed hawkish

Tanpa kontrol eksposur:

Waktu	Tindakan	Total risiko mentah
10:00	Long emas 0,50 lot	0,27%
11:30	Long perak 1,00 lot	0,47%
13:00	Long euro 0,50 lot	0,57%
14:00	Long AUD 0,50 lot	0,65%
15:00	Tambah long emas 0,30 lot	0,81%

Andi merasa aman: "total masih di bawah 1%". Ia tidak melacak korelasi.

15:30 — pernyataan Fed hawkish, dolar menguat. Lima posisi kena SL dalam enam menit:

Kerugian: \$145 = 0,97% akun (+ slippage ekstra ~\$20)

Dengan kontrol eksposur:

Waktu	Tindakan	Eksposur efektif anti-USD
10:00	Long emas 0,50 lot	0,27%
11:30	Long perak 0,30 lot (bukan 1,0)	0,40%
13:00	Long euro 0,30 lot (bukan 0,50)	0,48%
14:00	AUD — LEWATI (sudah 3 posisi)	—
15:00	Re-entry emas — LEWATI (tema sudah penuh)	—

15:30 — berita yang sama, tiga posisi kena SL:

Kerugian: \$64 = 0,43% akun
 Penghematan vs skenario tanpa kontrol: \$81 = 0,54% akun

Kontrol eksposur = asuransi yang tidak terlihat sampai hari buruk.

Kesalahan umum

1. Hanya berpikir per transaksi

"Tiap transaksi di bawah 1%, semua aman."

Perbaikan: hitung total + korelasi.

2. Mengabaikan korelasi

Long emas + long perak + long euro = tampak tiga transaksi, bertindak sebagai satu.

Perbaikan: perlakukan posisi berkorelasi sebagai posisi efektif lebih sedikit.

3. Tidak ada plafon total

Buka posisi setiap kali muncul setup.

Perbaikan: plafon keras 4–6%.

4. Tidak melacak tema

Portofolio "dolar lemah" terbentuk tanpa disadari.

Perbaikan: kolom tema di spreadsheet.

5. Menambah arah yang sama

Sudah long emas, lihat setup long emas lagi, tambah.

Perbaikan: menambah instrumen sama = posisi lebih besar, bukan transaksi baru.

6. Tidak memantau real-time

Buka posisi, lupa total sampai malam.

Perbaikan: spreadsheet atau widget platform dengan alert di 2%, 3%, 4%.

7. Melewati plafon "sekali saja"

Posisi keenam saat plafon lima. "Setup mutu tinggi."

Perbaikan: plafon absolut. Lewati meski setup terbaik.

Aturan praktis

1. Plafon eksposur total 4–6% akun.
2. Maksimal 5 posisi bersamaan.
3. Sadari korelasi — posisi berkorelasi = lebih sedikit posisi efektif.
4. Plafon tema 50% dari eksposur total pada satu arah.
5. Pemantauan real-time wajib (spreadsheet).
6. Sebelum buka posisi baru: cek total + tema.
7. Tidak ada pengecualian plafon, termasuk setup mutu tinggi.

POIN KUNCI

- Eksposur adalah total risiko semua posisi terbuka, bukan per transaksi saja.
- Empat jenis: modal, arah, korelasi, tema.
- Plafon total 4–6%; maksimal 5 posisi bersamaan.
- Posisi berkorelasi tinggi dihitung sebagai taruhan efektif lebih sedikit.
- Spreadsheet sederhana cukup untuk pemantauan — hitung ulang sebelum setiap posisi baru.
- Satu peristiwa berita bisa kena semua stop loss sekaligus kalau eksposur terkonsentrasi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya plafon eksposur total tertulis (4–6%)
- ☐ Saya hitung eksposur total sebelum buka posisi baru
- ☐ Saya melacak tema/arh posisi (anti-USD, risk-off, dll.)
- ☐ Saya mengurangi ukuran kalau posisi baru berkorelasi dengan yang sudah terbuka
- ☐ Saya punya spreadsheet pemantau posisi terbuka
- ☐ Saya tidak menambah posisi emas kedua tanpa menghitung ulang eksposur emas
- ☐ Saya lewati setup baru kalau plafon sudah tercapai

LATIHAN

Latihan 1 — Spreadsheet eksposur Buat tabel dengan kolom: arah, lot, SL, risiko \$, risiko %, tema. Isi untuk posisi yang sedang terbuka (atau simulasi tiga posisi):

Total mentah : \$_____ = ____%
 Tema dominan : _____ = ____%
 Faktor konsentrasi yang saya pakai: _____
 Eksposur efektif : ____%
 Plafon saya : ____%
 Sisa ruang : ____%

Latihan 2 — Uji sebelum buka posisi Simulasikan mau buka posisi keempat:

Posisi 1–3 (sudah terbuka) : eksposur efektif ____%
 Posisi 4 (rencana) : risiko ____, tema _____
 Total setelah posisi 4 : ____%
 Plafon terlewati? : Ya / Tidak
 Keputusan saya : buka / kurangi lot / lewati

Latihan 3 — Post-mortem hari buruk Bayangkan tiga posisi emas kena SL bersamaan saat rilis NFP:

Modal : \$_____
 Kerugian total : \$_____ = ____%
 Apakah saya lacak korelasi? : Ya / Tidak
 Berapa kerugian kalau hanya 1 posisi emas? : \$_____ = ____%
 Pelajaran : _____

BAB 3.10

MENGELOLA BEBERAPA POSISI SEKALIGUS

Sampai bab ini, hampir seluruh perhitungan mengasumsikan satu posisi terbuka. Bab ini membahas apa yang berubah ketika ada dua sampai lima posisi berjalan bersamaan.

Yang berubah bukan rumusnya. Yang berubah adalah **apa yang harus dibatasi**: pada satu posisi, batasnya risiko per transaksi; pada beberapa posisi, batasnya risiko seluruh posisi sekaligus — dan kalau hanya batas pertama yang dijaga, akun bisa kehilangan 10% dari lima transaksi yang masing-masing "hanya 2%".

Pertanyaan yang mendahului bab ini

Sebelum apa pun: **apakah kamu butuh beberapa posisi?**

Jawaban yang benar untuk sebagian besar pembaca adalah tidak, dan tiga alasan berikut bukan alasan yang sah untuk membuka posisi kedua:

- **Bosan menunggu.** Posisi kedua yang dibuka karena yang pertama bergerak lambat adalah posisi tanpa setup.
- **Ingin memperbaiki yang pertama.** Ini averaging down dengan nama lain, dan bab tentang scaling in menunjukkan hitungannya.
- **Ingin lebih cepat menghasilkan.** Dua posisi tidak menggandakan hasil; ia menggandakan risiko, dan hasilnya mengikuti sistemmu — yang tidak berubah.

Satu alasan yang sah: **ada dua setup terpisah yang keduanya memenuhi syarat sistemmu**, dan modalmu cukup untuk keduanya di bawah batas total. Kalau itu tidak terjadi, satu posisi adalah cara kerja yang lebih baik, bukan cara kerja pemula.

Untuk modal di bawah \$1.000, jawabannya hampir selalu satu posisi. Tabel modal minimum di bab position sizing menjelaskan kenapa: dengan lot terkecil 0,01, membagi risiko ke dua posisi seringkali tidak mungkin tanpa melewati batas.

Batas yang berlaku sekaligus

Tiga batas, dan ketiganya harus dipenuhi bersamaan. Melewati satu saja sudah cukup untuk membatalkan sisanya.

- | | | |
|--------------------------|---------------|------------------------------|
| 1. Risiko per posisi | : maksimal 2% | |
| 2. Risiko seluruh posisi | : maksimal 3% | ← batas yang baru di bab ini |
| 3. Jumlah posisi terbuka | : maksimal 3 | |

Batas kedua yang paling sering dilewatkan, dan cara melewatkannya terlihat masuk akal:

Lima posisi, masing-masing "hanya" 2%
 Kalau seluruhnya kena stop loss → 10% akun

Sepuluh persen dalam satu hari melewati batas rugi harian 4%, tanpa satu pun aturan per transaksi yang dilanggar.

Dan lima posisi kena stop loss bersamaan bukan kejadian aneh. Kalau setup-setup itu muncul di pasar yang sama pada waktu yang sama — dan biasanya begitu, karena itulah sebabnya semuanya memberi sinyal — maka satu pergerakan besar mengenai semuanya. Bab tentang portofolio dan korelasi membahas kenapa posisi yang terlihat berbeda sering bergerak bersama.

Batas ketiga tentang perhatian, bukan uang. Tiga posisi dengan tiga stop loss dan tiga target sudah cukup untuk membuat kesalahan mekanis muncul, terutama saat harga bergerak cepat.

Menghitungnya, sampai selesai

Contoh dijalankan penuh supaya angkanya bisa dicocokkan.

```

Akun                      : $25.000
Risiko per posisi         : 1,5% = $375
Batas risiko seluruh posisi : 3,0% = $750

POSISI 1 – beli emas
Masuk 2.670, SL 2.664      jarak $6,00
LOT = $375 ÷ ($6,00 × 100) = 0,625 → 0,62
Cek : 0,62 × 100 × $6,00 = $372 (1,49%)

POSISI 2 – setup terpisah, jarak SL lebih lebar
Masuk 2.690, SL 2.681      jarak $9,00
LOT = $375 ÷ ($9,00 × 100) = 0,416 → 0,41
Cek : 0,41 × 100 × $9,00 = $369 (1,48%)

RISIKO TOTAL = $372 + $369 = $741 (2,96%) ✓ di bawah $750
  
```

Posisi ketiga tidak bisa dibuka. Sisa ruangnya \$9, dan dengan jarak stop loss wajar apa pun, \$9 tidak cukup untuk 0,01 lot kecuali stop loss-nya di bawah \$1,00.

Itu jawaban yang benar, bukan hambatan. Kalau setup ketiga terlihat lebih baik dari salah satu yang sudah terbuka, pilihannya menutup yang lemah lebih dulu — bukan menambah di atas batas.

Margin: masalah kedua yang muncul bersamaan

Beberapa posisi tidak hanya menjumlahkan risiko. Ia menjumlahkan **margin**, dan pada tingkat leverage rendah ini bisa jadi batas yang mengikat lebih dulu.

Dari contoh di atas, total 1,03 lot pada harga sekitar 2.670:

Nilai kontrak = $1,03 \times 100 \text{ ons} \times \$2.670 \approx \$275.000$

Margin pada 1:100 $\approx \$2.750 = 11\%$ dari akun $\$25.000$

Margin pada 1:20 $\approx \$13.750 = 55\%$ dari akun $\$25.000$

Pada baris kedua, lebih dari separuh akunmu terpakai sebagai jaminan. Ekuitas yang tersisa untuk menyerap kerugian mengambang jadi tipis, dan bab tentang spread saat rilis data menunjukkan bahwa kerugian mengambang bisa melompat tanpa harga bergerak.

Karena itu batas keempat, yang hanya berlaku kalau leverage-mu rendah: **margin terpakai tidak melewati 30% ekuitas**. Kalau batas ini tercapai lebih dulu daripada batas risiko 3%, ia yang berlaku.

Kalau harus mengurangi, mana yang ditutup dulu

Keadaan ini akan datang: batas total tercapai, atau kamu perlu ruang, atau pasar berubah. Urutannya ditentukan sebelum kejadian, bukan saat kejadian.

Urutan	Yang ditutup	Alasannya
1	Posisi yang tidak lagi memenuhi syarat masuknya	Alasan masuknya sudah tidak ada
2	Posisi yang paling berkorelasi dengan yang lain	Menutupnya paling mengurangi risiko total
3	Posisi dengan jarak ke stop loss paling jauh	Paling banyak memakan batas total
4	Posisi terbaru	Paling sedikit bukti bahwa ia bekerja

Yang **tidak** dipakai sebagai urutan: menutup yang sedang untung untuk menahan yang sedang merugi. Ini kebalikan dari yang benar dan sangat sering dilakukan, karena menutup posisi untung terasa seperti mengamankan hasil sementara menutup posisi rugi terasa seperti mengakui kesalahan.

Urutan di tabel di atas tidak menyebut untung atau rugi sama sekali. Itu disengaja: hasil mengambang sebuah posisi tidak memberi informasi tentang apakah alasan masuknya masih berlaku.

Yang harus ditulis sebelum posisi kedua dibuka

Satu blok, di aturan sistemmu, bukan di ingatan:

Batas risiko seluruh posisi : ____% = \$_____
 Jumlah posisi terbuka maksimal : ____
 Batas margin terpakai : ____% ekuitas
 Urutan menutup kalau harus : _____
 Yang TIDAK saya hitung sebagai
 alasan membuka posisi kedua : bosan, memperbaiki yang merugi,
 ingin lebih cepat

Tanpa baris pertama, batas 2% per transaksi tidak melindungi apa pun begitu posisi kedua dibuka.

POIN KUNCI

- Beberapa posisi tidak mengubah rumus, tapi menambah satu batas: risiko seluruh posisi sekaligus.
- Lima posisi masing-masing 2% berarti 10% kalau semuanya kena — melewati batas rugi harian tanpa satu aturan per transaksi dilanggar.
- Batasnya tiga sekaligus: 2% per posisi, 3% seluruh posisi, maksimal 3 posisi terbuka.
- Batas jumlah posisi soal perhatian, bukan uang.
- Modal di bawah \$1.000 praktis hanya bisa satu posisi, karena lot terkecil 0,01.
- Margin juga bertambah. Pada leverage rendah, batas margin bisa mengikat lebih dulu daripada batas risiko; jaga margin terpakai di bawah 30% ekuitas.
- Setup keempat yang bagus dijawab dengan menutup yang lemah, bukan menambah di atas batas.
- Urutan menutup: syarat masuk hilang, paling berkorelasi, jarak SL terjauh, terbaru.
- Jangan menutup yang untung untuk menahan yang merugi. Hasil mengambang tidak memberitahu apakah alasan masuk masih berlaku.
- Tiga alasan tidak sah membuka posisi kedua: bosan, memperbaiki yang merugi, ingin lebih cepat.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menjawab apakah saya benar-benar butuh beberapa posisi
- ☐ Batas risiko seluruh posisi saya tertulis dalam persen dan dolar
- ☐ Saya tahu jumlah posisi terbuka maksimal saya
- ☐ Saya memeriksa margin terpakai, bukan hanya risiko
- ☐ Urutan menutup posisi saya tertulis sebelum kejadian
- ☐ Saya tidak pernah menutup posisi untung untuk menahan posisi rugi
- ☐ Setiap posisi saya punya nama setup sendiri, bukan turunan dari posisi lain

LATIHAN**Latihan 1 — Hitung batas totalmu.**

Saldo saya : \$ _____
 Risiko per posisi saya : _____% = \$ _____
 Batas risiko seluruh posisi (3%) : \$ _____
 Berapa posisi yang muat di batas itu : _____
 Dengan lot minimum 0,01 dan SL biasa
 saya \$ _____, apakah jumlah itu
 benar-benar bisa dipasang? : Ya / Tidak

Kalau baris terakhir "tidak", jumlah posisi maksimalmu adalah satu, dan itu keterangan tentang modal — bukan tentang kemampuanmu.

Latihan 2 — Periksa hari terburukmu. Cari satu hari di riwayat transaksimu dengan posisi terbuka terbanyak, lalu hitung:

Jumlah posisi terbuka bersamaan : _____
 Risiko masing-masing : \$ _____ , \$ _____ , \$ _____ , _____
 Risiko total kalau semuanya kena : \$ _____ = _____% akun
 Batas rugi harian saya : _____%
 Apakah risiko total melewati batas itu : Ya / Tidak

Kalau jawabannya ya, kamu pernah berada dalam keadaan di mana satu pergerakan bisa melewati batas harianmu — dan aturan per transaksimu tidak akan menghentikannya.

Latihan 3 — Uji margin di demo. Di akun demo dengan saldo sama dengan modal aslimu, buka posisi sampai jumlah maksimalmu, lalu catat dari kolom Terminal:

Total lot terbuka : _____
 Margin terpakai : \$ _____ = _____% ekuitas
 Free margin : \$ _____
 Kalau spread melebar \$8, tambahan kerugian mengambang:
 $\$8 \times \text{_____} \times 100 = \$\text{_____}$
 Apakah free margin masih cukup menutupnya : Ya / Tidak

Baris terakhir adalah pertanyaan yang menentukan apakah jumlah posisimu aman saat keadaan tidak normal — dan bab tentang spread saat rilis data menjelaskan bahwa keadaan itu datang tanpa peringatan.

BAB 3.11

CARA BERPIKIR PORTOFOLIO DAN KORELASI EMAS

Sampai bab ini, risiko dibahas per transaksi. Bab ini mengubah sudut pandangnya: yang menentukan keselamatan akunmu bukan risiko tiap posisi, tapi **total risiko semua posisi yang terbuka bersamaan**.

Bedanya penting, dan alasannya satu hal yang sering tidak disadari: beberapa posisi yang terlihat berbeda bisa sebenarnya satu posisi yang sama, dipasang beberapa kali.

Masalahnya, dengan angka

Bayangkan kamu punya tiga posisi terbuka, masing-masing berisiko 2% sesuai batasmu:

```
Beli XAUUSD - risiko 2%
Beli XAGUSD - risiko 2%   (perak)
Beli EURUSD - risiko 2%
```

Terasa seperti risiko tersebar ke tiga tempat. Kenyataannya, ketiganya bergerak naik ketika dolar Amerika melemah, dan ketiganya bergerak turun ketika dolar menguat.

Jadi kamu tidak punya tiga posisi berisiko 2%. Kamu punya **satu posisi berisiko 6%**, yaitu satu taruhan bahwa dolar akan melemah, dipasang tiga kali dengan nama berbeda.

Kalau dolar menguat tajam — dan itu terjadi setiap kali ada rilis data mengejutkan — ketiganya rugi bersamaan. Batas rugi harian 4% kamu lewati dalam satu peristiwa, bukan tiga.

Korelasi

Korelasi mengukur seberapa sering dua harga bergerak searah, dalam skala -1 sampai $+1$.

Nilai	Artinya
+1	Selalu bergerak searah
+0,7	Sering searah
0	Tidak ada hubungan
-0,7	Sering berlawanan
-1	Selalu berlawanan

Hubungan emas dengan instrumen lain yang perlu kamu ketahui:

Pasangan	Korelasi khas	Kenapa
Emas vs indeks dolar	-0,6 sampai -0,8	Emas dihargai dalam dolar. Dolar kuat berarti emas lebih mahal bagi pembeli non-dolar, permintaan turun

Emas vs EURUSD	+0,5 sampai +0,7	EURUSD naik ketika dolar lemah, dan emas juga
Emas vs perak	+0,7 sampai +0,9	Sama-sama logam mulia, penggeraknya mirip
Emas vs suku bunga riil Amerika	Negatif kuat	Emas tidak memberi bunga. Semakin tinggi imbal hasil aset lain, semakin kecil alasan memegang emas
Emas vs indeks saham	Tidak stabil, sekitar 0	Kadang searah, kadang berlawanan. Berubah tergantung suasana

Satu peringatan penting: **angka-angka itu bukan hukum**. Korelasi berubah, dan justru berubah paling banyak saat pasar sedang panik — yaitu saat kamu paling butuh diversifikasi bekerja. Baris terakhir tabel adalah contohnya: hubungan emas dan saham bisa berbalik tanda dalam beberapa minggu.

Karena itu korelasi dipakai untuk **membatasi**, bukan untuk membenarkan memperbanyak posisi.

Berpikir dalam tema, bukan instrumen

Cara paling praktis: kelompokkan posisi berdasarkan apa yang sebenarnya kamu tebak, lalu batasi risiko per kelompok.

Tema	Instrumen yang termasuk	Batas total
Dolar melemah	Beli emas, beli perak, beli EURUSD, beli GBPUSD	2%
Dolar menguat	Jual emas, jual perak, jual EURUSD	2%
Suasana panik	Beli emas, jual saham, beli yen	2%

Aturannya satu baris:

Total risiko satu tema tidak boleh melebihi batas risiko satu transaksi.

Jadi kalau batasmu 2%, kamu boleh memilih satu posisi emas 2%, atau emas 1% dan perak 1% — tapi tidak keduanya di 2%.

Ini mengubah pertanyaan "berapa posisi yang boleh saya buka?" menjadi pertanyaan yang lebih berguna: "berapa banyak tebakan berbeda yang sedang saya buat?"

Untuk trader emas, jawabannya biasanya sederhana

Kalau kamu hanya bertransaksi XAUUSD — dan untuk tahun pertama itu memang dianjurkan — seluruh pembahasan di atas menjadi satu aturan yang mudah:

Maksimal 2 posisi emas terbuka bersamaan.
Total risiko keduanya tidak melebihi 2%.
Artinya masing-masing 1%.

Kenapa dua dan bukan satu? Karena kadang ada alasan sah untuk masuk dua kali, misalnya menambah posisi setelah yang pertama sudah aman, yang dibahas di bab tentang scaling in.

Kenapa tidak lebih dari dua? Karena posisi emas dengan posisi emas punya korelasi +1. Ia bukan diversifikasi apa pun; ia hanya satu posisi yang lebih besar. Dan posisi yang lebih besar dari batasmu adalah pelanggaran, walau ditulis di dua baris terpisah di panel Terminal.

Diversifikasi yang tidak bekerja

Tiga bentuk yang terasa seperti diversifikasi tapi bukan:

Membuka arah berlawanan di instrumen yang sama. Beli 0.05 lot dan jual 0.05 lot XAUUSD secara bersamaan menghasilkan posisi bersih nol, sambil tetap membayar spread dua kali dan biaya menahan bermalam untuk keduanya. Ini dibahas di bab tentang hedging, yang menjelaskan kapan ada gunanya dan kapan tidak.

Menyebar ke banyak instrumen yang penggerakannya sama. Sudah dibahas di atas.

Menyebar ke banyak rentang waktu. Beli emas di M15 dan beli emas di H4 tetap dua posisi beli emas. Rentang waktu tidak mengubah arah taruhannya.

Diversifikasi yang benar-benar bekerja butuh tebakan yang bisa saling bertentangan, dan itu hampir selalu berarti instrumen dengan penggerak yang berbeda — bukan sekadar nama yang berbeda.

Cara mengukur korelasi sendiri

Kamu tidak perlu perhitungan rumit. Cara kasar ini cukup dan bisa dilakukan dalam sepuluh menit:

1. Buka grafik harian emas dan grafik harian instrumen kedua, berdampingan
2. Ambil 20 hari terakhir
3. Untuk setiap hari, catat: naik atau turun untuk keduanya
4. Hitung berapa hari keduanya searah

Searah 16 dari 20 hari → hubungan positif kuat, perlakukan sebagai satu tema

Searah 10 dari 20 hari → tidak ada hubungan yang berarti

Searah 4 dari 20 hari → hubungan negatif kuat, juga satu tema (arah berlawanan)

Angka yang perlu diwaspadai adalah yang jauh dari sepuluh, ke arah mana pun. Sepuluh dari dua puluh berarti tidak ada hubungan, dan itu satu-satunya keadaan di mana dua posisi benar-benar terpisah.

Ulangi pengukuran ini setiap beberapa bulan, karena hasilnya berubah.

POIN KUNCI

- Yang menentukan keselamatan akun adalah total risiko semua posisi terbuka, bukan risiko tiap posisi.
- Beli emas, beli perak, dan beli EURUSD bersamaan bukan tiga posisi 2%. Itu satu posisi 6% bahwa dolar akan melemah.
- Emas berkorelasi negatif dengan dolar, positif dengan perak dan EURUSD, dan tidak stabil dengan saham.
- Korelasi berubah, dan paling banyak berubah saat pasar panik. Pakai untuk membatasi, bukan untuk membenarkan menambah posisi.
- Kelompokkan posisi berdasarkan tema. Total risiko satu tema tidak melebihi batas risiko satu transaksi.
- Untuk trader emas: maksimal dua posisi bersamaan, total 2%, jadi masing-masing 1%.
- Dua posisi emas berkorelasi +1. Itu bukan diversifikasi, hanya satu posisi yang lebih besar.
- Menyebar ke beberapa rentang waktu bukan diversifikasi. Arah taruhannya sama.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu total risiko semua posisi saya yang terbuka sekarang
- ☐ Saya sudah mengelompokkan posisi saya berdasarkan tema, bukan nama instrumen
- ☐ Total risiko per tema tidak melebihi batas satu transaksi saya
- ☐ Maksimal dua posisi emas terbuka bersamaan
- ☐ Saya tidak menganggap beberapa rentang waktu sebagai diversifikasi
- ☐ Saya pernah mengukur sendiri korelasi instrumen yang saya pakai

LATIHAN

Latihan 1 — Audit eksposur. Untuk posisi yang terbuka sekarang, atau posisi terakhir yang kamu punya:

Posisi 1: _____ arah _____ risiko _____% tema: _____
 Posisi 2: _____ arah _____ risiko _____% tema: _____
 Posisi 3: _____ arah _____ risiko _____% tema: _____
 Total risiko : _____%
 Total risiko tema terbesar: _____%
 Melebihi batas? Ya / Tidak

Latihan 2 — Ukur korelasi sendiri. Pilih satu instrumen selain emas, lakukan hitungan 20 hari:

Instrumen kedua : _____
 Hari searah : _____ dari 20
 Kesimpulan : positif kuat / tidak berhubungan / negatif kuat
 Boleh dianggap tema terpisah? Ya / Tidak

Latihan 3 — Cari pelanggaran di catatan. Dari catatan demomu, temukan hari dengan posisi terbanyak terbuka bersamaan:

Tanggal : _____
 Jumlah posisi terbuka : _____
 Total risiko saat itu : _____%
 Berapa yang bergerak searah? : _____
 Kalau semuanya rugi, apakah batas harian saya terlewati? Ya / Tidak

BAB 3.12

HEDGING: PAKAI DENGAN HATI-HATI

Hedging sering dipromosikan sebagai "trik anti rugi". Realita: **hedging yang salah = kerugian ganda + komisi ganda**. Bab ini membahas kapan hedging masuk akal, kapan tidak.

Hedging adalah membuka posisi berlawanan untuk **mengunci** untung/rugi mengambang sementara.

Tiga jenis hedging:

1. **Hedge langsung** — buy dan sell pair yang sama (banyak broker melarang)
2. **Hedge silang** — posisi pada instrumen berkorelasi (buy XAUUSD + sell EURUSD)
3. **Hedge indeks** — lindungi emas dengan DXY atau yield

Kapan hedging masuk akal?

Contoh: Trader memegang posisi swing buy XAUUSD di 2.030, target 2.150 (sudah untung \$200). Rilis FOMC satu jam lagi. Volatilitas tidak terprediksi. **Solusi hedging:** buka sell XAUUSD dengan lot sama untuk mengunci untung sementara. Setelah berita reda, **tutup hedge**, lanjutkan posisi swing.

Kapan hedging tidak masuk akal (90% kasus)?

Jangan hedging untuk:

- **Menutupi panik** — "saya tidak mau tutup rugi, saya hedge saja"
- **Tanpa rencana keluar** — kapan tutup hedge? Banyak yang tidak tahu
- **Mengganti stop loss** — hedge bukan pengganti stop loss
- **Pemula** — menambah kompleksitas, menambah kesalahan

Aritmetika hedge langsung: kenapa kerugian dibekukan, bukan dihilangkan

Hedge langsung pada instrumen yang sama artinya kamu punya posisi beli **dan** jual XAUUSD dengan ukuran serupa. Netto untung/rugi mengambang membeku — tapi biaya tetap jalan.

Contoh angka:

Posisi awal : buy 0.10 lot di 2.050,00
 Harga turun : 2.040,00 → rugi mengambang -\$100 ($0,10 \times 100 \times \$10,00$)

Hedge : sell 0.10 lot di 2.040,00
 Netto P/L : buy -\$100 + sell \$0 = -\$100 (beku)

Kamu belum cut loss \$100 — tapi juga belum bebas. Yang sudah terjadi:

1. Dua spread dibayar

Spread masuk buy : $0,10 \times 100 \times \$0,25 = \$2,50$
 Spread masuk sell : $0,10 \times 100 \times \$0,25 = \$2,50$
 Total spread : $\$5,00$ (sudah hilang dari ekuitas)

2. Dua posisi kena swap kalau ditahan semalam

Swap emas bisa positif atau negatif tergantung arah dan broker. Dua posisi berlawanan sering saling meniadakan swap — tapi tidak selalu; selisih kecil tetap mengalir.

3. Harga bergerak lagi — salah satu sisi melebar

Harga naik ke 2.055,00:

Buy : $-\$100 + \$50 = -\$50$
 Sell : $\$0 - \$150 = -\$150$
 Netto: $-\$200$ (lebih buruk dari $-\$100$ sebelum hedge)

Harga turun ke 2.035,00:

Buy : $-\$150$
 Sell : $+\$50$
 Netto: $-\$100$ (masih $-\$100$, tapi sudah bayar $\$5$ spread)

Di kedua arah, hedge **tidak mengembalikan** kerugian awal. Ia hanya menunda keputusan sambil menambah biaya.

4. Bandingkan dengan cut loss di awal

Cut loss di 2.040,00 : rugi $\$100$ + spread masuk $\$2,50 = \$102,50$ total
 Hedge + tutup sell rugi di 2.055 : rugi buy $\$100$ + rugi sell $\$150$ + spread $\$5 = \$255$

Cut loss sekali lebih murah daripada hedge tanpa rencana lalu panik menutup satu sisi.

5. Akun ritel: hedge hampir selalu kalah dari cut loss

Alasan praktis:

- Modal kecil tidak tahan margin dua posisi plus drawdown lanjutan
- Komisi dan spread ganda langsung mengurangi ekuitas
- Pemula jarang punya rencana keluar hedge — posisi membeku sampai swap menumpuk
- Broker ritel kadang melarang hedge atau menutup posisi saat margin tipis

Aturan sederhana: kalau setup salah, **tutup posisi** sesuai stop loss. Hedge bukan tombol undo.

Margin saat hedge ganda: Dua posisi 0,10 lot berlawanan tidak "membatalkan" margin. Broker tetap menghitung eksposur netto, tapi kalau harga bergerak $\$20$ melawan salah satu sisi sebelum kamu menutup, floating loss satu posisi bisa memicu margin call meski posisi lain untung. Di akun $\$500$

dengan leverage 1:100, dua posisi 0,10 lot adalah beban berat — bukan solusi tenang seperti yang terasa di awal.

Prosedur sebelum hedge (hanya jika benar-benar perlu): Tulis tanggal dan jam tutup hedge, kondisi tutup (misalnya "30 menit setelah rilis CPI"), dan posisi mana yang akan dilanjutkan. Tanpa tiga baris itu, hedge hampir selalu berubah jadi menunda cut loss sambil biaya menumpuk.

Kenapa hedging tipikal gagal?

1. **Komisi dan spread ganda** — bayar dua kali
2. **Swap negatif** kalau ditahan lama
3. **Kelumpuhan keputusan** — kapan tutup hedge? Sering tidak pernah
4. **Akhirnya rugi keduanya** — kedua posisi kena stop loss atau margin call

Studi mini

Kasus hedging gagal: Trader Z buy XAUUSD di 2.050, rugi mengambang \$200. Daripada cut loss, dia sell XAUUSD juga (hedge). Sekarang untung/rugi "beku" — sell untung +\$200, buy rugi −\$200, net = \$0 (tapi sudah keluar komisi dan spread \$20).

Tiga hari kemudian harga naik \$20 ke 2.070.

- Posisi buy: rugi mengambang turun ke \$0 (impas)
- Posisi sell: rugi mengambang −\$400
- Net: −\$400 + komisi

Trader Z panik, tutup sell rugi \$400. Posisi buy malah lanjut naik tanpa disadari.

Pelajaran: Hedging tanpa rencana = perangkap kompleks. Lebih simpel: **tutup posisi rugi** di awal.

POIN KUNCI

- Hedging bukan strategi anti rugi. Hedging adalah **alat khusus** untuk situasi spesifik.
- 99% trader ritel lebih baik **cut loss** dengan disiplin daripada bermain hedging.
- Hedge masuk akal hanya dengan rencana keluar jelas — kapan tutup, arah mana yang dilanjutkan.
- Biaya ganda (spread, komisi, swap) sering membuat hedge lebih mahal dari cut loss langsung.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tidak memakai hedging untuk menghindari cut loss
- ☐ Kalau hedging, saya punya rencana keluar yang jelas
- ☐ Saya pahami biaya komisi dan spread ganda
- ☐ Saya memilih cut loss daripada hedging untuk situasi ambigu

LATIHAN

Latihan 1 — Putuskan: hedge atau cut loss? Untuk setiap skenario, tulis keputusanmu dan alasannya:

Skenario A: long emas, rugi \$50, tidak ada rencana keluar hedge

Keputusan saya : _____ Alasan: _____

Skenario B: long emas swing untung \$200, FOMC 1 jam lagi, rencana tutup hedge
30 menit setelah rilis

Keputusan saya : _____ Alasan: _____

Skenario C: long emas, rugi \$80, "saya hedge biar tenang"

Keputusan saya : _____ Alasan: _____

Latihan 2 — Hitung biaya hedge

Posisi 1 lot emas, spread \$0,25 per sisi

Buka hedge = posisi kedua dengan spread lagi

Biaya masuk hedge : \$_____ (spread × 2 posisi)

Kalau ditahan 3 hari : swap \$_____ (cek di platform)

Total biaya vs cut loss \$80 langsung: sepadan? Ya / Tidak

BAB 3.13

KAPAN MENAIKKAN LOT, KAPAN MENURUNKAN

Setelah beberapa bulan berjalan, akan datang pertanyaan yang terasa wajar: akun saya sudah tumbuh, kapan saya boleh memperbesar ukuran posisi?

Bab ini menjawabnya dengan syarat yang bisa diperiksa, bukan dengan perasaan. Dan ia juga menjawab pertanyaan yang jauh lebih sering diabaikan tapi lebih penting: kapan ukuran harus diturunkan.

Kenapa ini titik paling berbahaya

Ada pola yang berulang begitu sering sampai layak disebut sebagai tahapan normal. Seorang trader berhasil disiplin selama tiga bulan, akunnya naik dari \$500 ke \$700, lalu ia menaikkan ukuran posisi dua kali lipat. Bulan berikutnya akunnya kembali ke \$480 — di bawah titik awal.

Yang rusak bukan sistemnya. Yang rusak adalah **hubungan antara ukuran posisi dan kemampuan menahan kerugian**.

Alasannya bisa dihitung. Pada risiko 2% dari \$700, satu kerugian adalah \$14. Kalau ukurannya dilipatkan sehingga risikonya jadi 4%, satu kerugian menjadi \$28. Angka persentase yang naik dua kali membuat drawdown dari rangkaian rugi yang sama naik lebih dari dua kali, seperti ditunjukkan tabel di bab tentang drawdown.

Yang lebih menentukan lagi: kerugian \$28 tidak terasa dua kali lebih berat daripada \$14. Ia terasa jauh lebih berat, dan itu mengubah keputusanmu di transaksi berikutnya. Bab tentang rangkaian untung membahas kenapa penilaian orang justru paling buruk setelah periode yang berhasil.

Kenapa akun tumbuh sudah otomatis memperbesar posisi

Sebelum membahas syarat kenaikan, satu hal perlu diluruskan.

Kalau kamu memakai persentase tetap, ukuran posisimu **sudah** tumbuh bersama akunmu tanpa keputusan apa pun:

Akun \$500, risiko 2% = \$10, SL \$3,00 → 0.03 lot
Akun \$700, risiko 2% = \$14, SL \$3,00 → 0.04 lot
Akun \$1.000, risiko 2% = \$20, SL \$3,00 → 0.06 lot

Jadi "menaikkan lot" yang sebenarnya dibahas di bab ini bukan menyesuaikan lot terhadap saldo — itu wajib dan otomatis, dan caranya ada di bab tentang compound. Yang dibahas di sini adalah **menaikkan persentase risikonya**, dari misalnya 1% menjadi 1,5%.

Membedakan keduanya penting, karena banyak orang merasa sedang "naik level" padahal hanya menghitung ulang lot terhadap saldo baru, dan sebaliknya banyak yang menaikkan persentase tanpa menyadari bahwa itu keputusan yang jauh lebih besar.

Lima syarat untuk menaikkan persentase risiko

Kelima syarat harus terpenuhi bersamaan. Empat dari lima tidak cukup.

1. **Minimal 50 transaksi pada ukuran sekarang.** Di bawah itu, hasilmu belum bisa dibedakan dari keberuntungan, seperti dibahas di bab tentang expectancy.
2. **Expectancy positif pada 50 transaksi itu.** Bukan saldo yang naik — expectancy yang positif. Saldo bisa naik karena satu transaksi besar yang kebetulan berhasil.
3. **Kepatuhan prosedur minimal 90%.** Dari 50 transaksi, maksimal 5 yang menyimpang dari rencana. Dihitung dari catatan, bukan dari ingatan.
4. **Tidak sedang dalam drawdown.** Akun harus berada di atau sangat dekat dengan puncak tertingginya. Menaikkan risiko saat sedang tertinggal adalah bentuk lain dari revenge trading, hanya lebih tenang caranya.
5. **Sudah pernah melewati satu rangkaian rugi minimal 5 transaksi.** Ini syarat yang paling sering dilewatkan dan paling penting. Kamu belum tahu bagaimana kamu bereaksi terhadap rangkaian rugi sampai kamu mengalaminya. Menaikkan risiko sebelum itu berarti memperbesar ukuran untuk ujian yang belum kamu tempuh.

Naiknya kecil, bukan dua kali lipat

Kalau kelima syarat terpenuhi, kenaikan yang dipakai:

Naikkan persentase risiko sebesar 0,25 poin persentase.
Bukan dua kali lipat. Bukan 1 poin persentase.

Jadi jalurnya seperti ini:

Tahap	Risiko	Syarat untuk naik ke tahap berikutnya
1	0,5%	50 transaksi, kelima syarat
2	0,75%	50 transaksi lagi, kelima syarat
3	1,0%	50 transaksi lagi, kelima syarat
4	1,25%	50 transaksi lagi, kelima syarat
5	1,5%	50 transaksi lagi, kelima syarat
6	2,0%	Batas atas. Tidak ada tahap berikutnya

Dengan dua transaksi per hari, tiap tahap butuh sekitar satu bulan. Jadi perjalanan dari 0,5% ke 2% memakan waktu sekitar **lima bulan** dengan syarat terpenuhi setiap kali — dan biasanya lebih lama, karena satu syarat gagal berarti tahap itu diulang.

Terasa lambat. Bandingkan dengan alternatifnya: orang yang melompat dari 0,5% ke 2% dalam seminggu punya kemungkinan besar tidak akan sampai bulan kelima dengan akun yang sama.

Batas atas 2% tidak dinegosiasikan

Tabel di atas berhenti di 2%, dan itu bukan kehati-hatian yang berlebihan. Ini kembali ke tabel drawdown: pada risiko 2%, sepuluh kerugian berturut menghasilkan drawdown 18,3%. Pada risiko 4%, sepuluh kerugian yang sama menghasilkan drawdown sekitar 34%, yang butuh kenaikan 50% untuk pulih.

Rangkaian sepuluh kerugian bukan skenario ekstrem. Dengan lossrate 60%, peluangnya 0,6% pada setiap titik awal — yang berarti akan terjadi.

Kapan menurunkan, dan ini yang lebih sering terpakai

Menurunkan ukuran tidak butuh lima syarat. Satu saja cukup, dan penurunannya langsung.

Pemicu	Turun ke
Drawdown mencapai 5% (tingkat 2)	Sepuluh dari risiko sekarang
Drawdown mencapai 10% (tingkat 3)	Seperempat
Tiga pelanggaran prosedur dalam 10 transaksi	Sepuluh, sampai 20 transaksi bersih
Batas rugi harian tersentuh dua hari berurutan	Sepuluh, sampai satu minggu bersih
Kondisi hidup sedang berat	Sepuluh, atau berhenti sementara
Baru pindah dari demo ke akun nyata	Mulai dari 0,5%, apa pun hasil demomu
Baru mengubah cara masuk	Mulai dari 0,5% lagi, 50 transaksi lagi

Dua baris terakhir sering ditolak, dan keduanya penting.

Tentang pindah dari demo: hasil demo tidak berlaku sebagai bukti untuk akun nyata, karena variabel terbesarnya — rasa takut kehilangan uang sungguhan — tidak diuji di demo. Ini dibahas di BAGIAN 0 Bab 11.

Tentang mengubah cara masuk: 50 transaksi yang membuktikan sistem lama tidak membuktikan apa pun tentang sistem baru. Perubahan sistem mengembalikan hitungan ke nol. Ini yang membuat orang yang sering mengubah sistem tidak pernah keluar dari risiko kecil — dan itu justru melindungi mereka.

Tentang kondisi hidup: ini bukan kelembutan. Kurang tidur, masalah keluarga, dan tekanan pekerjaan terbukti mengubah kualitas keputusan. Ukuran posisi adalah satu hal yang bisa kamu kendalikan saat hal lain tidak.

Asimetri yang disengaja

Perhatikan bentuk keseluruhan aturan di bab ini:

Untuk NAIK : 5 syarat, semuanya harus terpenuhi, kenaikan 0,25 poin, butuh 50 transaksi
 Untuk TURUN : 1 pemicu cukup, penurunan separuh, berlaku langsung

Ketidakseimbangan ini disengaja, dan alasannya ada di tabel pemulihan drawdown. Kesalahan menaikkan terlalu cepat jauh lebih mahal daripada kesalahan menurunkan terlalu cepat. Yang pertama bisa menghapus setengah akun; yang kedua hanya memperlambat pertumbuhan.

Dalam keadaan tidak yakin, turunkan.

POIN KUNCI

- Menyesuaikan lot terhadap saldo baru itu otomatis dan wajib. Menaikkan **persentase** risiko adalah keputusan yang jauh lebih besar.
- Lima syarat untuk naik: 50 transaksi, expectancy positif, kepatuhan 90%, tidak sedang drawdown, dan sudah pernah melewati rangkaian 5 rugi.
- Syarat kelima paling sering dilewatkan: kamu belum tahu reaksimu terhadap rangkaian rugi sampai mengalaminya.
- Kenaikan 0,25 poin persentase per tahap, bukan dua kali lipat. Dari 0,5% ke 2% butuh sekitar lima bulan.
- Batas atas 2%. Pada 4%, sepuluh kerugian berturut menghasilkan drawdown 34% yang butuh kenaikan 50% untuk pulih.
- Untuk turun, satu pemicu cukup dan berlaku langsung.
- Pindah dari demo ke akun nyata mengembalikan risiko ke 0,5%, apa pun hasil demo.
- Mengubah cara masuk mengembalikan hitungan 50 transaksi ke nol.
- Aturan naik dan turun sengaja tidak seimbang. Dalam keadaan tidak yakin, turunkan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu persentase risiko saya sekarang, dan sudah berapa transaksi di situ
- ☐ Saya tidak menaikkan persentase sebelum kelima syarat terpenuhi
- ☐ Saya sudah pernah melewati rangkaian minimal 5 kerugian
- ☐ Kenaikan saya 0,25 poin, bukan dua kali lipat
- ☐ Saya tidak melewati 2%
- ☐ Saya menurunkan risiko segera saat ada satu pemicu, tanpa berdebat
- ☐ Kalau saya baru mengubah sistem, hitungan 50 transaksi saya mulai dari nol

LATIHAN**Latihan 1 — Periksa kelima syarat.**

Risiko saya sekarang : _____ %
 Jumlah transaksi pada ukuran ini : _____ (butuh 50)
 Expectancy pada transaksi itu : _____ (butuh positif)
 Kepatuhan prosedur : _____ % (butuh 90%)
 Drawdown sekarang : _____ % (butuh mendekati 0)
 Rangkaian rugi terpanjang yang pernah saya lewati: _____ (butuh 5)
 Boleh naik? Ya / Tidak
 Kalau tidak, syarat mana yang belum: _____

Latihan 2 — Susun jalur naikmu.

Risiko sekarang : _____ %
 Tahap berikutnya: _____ %
 Butuh _____ transaksi lagi
 Dengan _____ transaksi per hari, itu sekitar _____ hari
 Target akhir 2% diperkirakan tercapai dalam _____ bulan

Latihan 3 — Tulis pemicu penurunanmu. Isi dengan angka nyata untuk modalmu, lalu tempel di dekat layar:

Modal saya: \$ _____ Puncak tertinggi: \$ _____
 Turun ke separuh kalau saldo di bawah : \$ _____ (drawdown 5%)
 Turun ke seperempat kalau saldo di bawah: \$ _____ (drawdown 10%)
 Batas rugi harian saya : \$ _____
 Risiko sekarang _____ % → separuh _____ % → seperempat _____ %

BAB 3.14

SIMULASI RISIKO DAN MONTE CARLO SEDERHANA

Simulasi risiko menjawab pertanyaan "bagaimana kalau..." sebelum kejadian.

"Bagaimana kalau saya kena sepuluh kerugian berturut?" "Berapa lama pemulihan dari drawdown 30%?" "Kalau persentase transaksi untung turun jadi 35%, masih untung?"

Simulasi adalah **uji beban** sistem kamu sebelum pasar mengujinya untuk kamu. Semua bisa dikerjakan di spreadsheet biasa — tidak perlu software khusus.

Kapan menjalankan simulasi: Setelah kamu punya minimal 30 transaksi tercatat, atau sebelum mengubah risiko per transaksi. Jadwalkan sekali sebulan: 20 menit, spreadsheet terbuka, tiga skenario (rangkaian rugi, pemulihan, penurunan winrate). Tujuannya bukan prediksi masa depan, tapi **menghilangkan kejutan** saat rangkaian rugi benar-benar terjadi — supaya reaksimu sudah ditulis, bukan diputuskan saat panik.

Empat jenis simulasi

1. **Simulasi rangkaian rugi** — berapa kerugian berturut sebelum akun margin call? 2. **Simulasi pemulihan drawdown** — berapa transaksi untuk kembali ke puncak? 3. **Simulasi penurunan winrate** — kalau performa turun, masih untung? 4. **Monte Carlo sederhana** — jalankan puluhan skenario acak, lihat rentang hasil

Simulasi 1: Rangkaian rugi

Rumus:

$$\text{Saldo setelah } N \text{ rugi} = \text{Modal} \times (1 - \text{Risiko}\%)^N$$

Tabel (modal \$1.000):

Rugi berturut	Risiko 1%	Risiko 2%	Risiko 5%	Risiko 10%
5	\$951 (-4,9%)	\$904 (-9,6%)	\$774 (-22,6%)	\$590 (-41%)
10	\$904 (-9,6%)	\$817 (-18,3%)	\$599 (-40,1%)	\$349 (-65,1%)
15	\$860 (-14%)	\$739 (-26,1%)	\$463 (-53,7%)	\$206 (-79,4%)
20	\$818 (-18,2%)	\$668 (-33,2%)	\$358 (-64,2%)	\$122 (-87,8%)

Sepuluh kerugian berturut **sangat mungkin** kalau kamu trading rutin. Siapkan mental sebelum terjadi, bukan sesudah.

Di spreadsheet: sel `=1000*(1-0,02)^10` menghitung saldo setelah sepuluh rugi pada risiko 2%.

Simulasi 2: Pemulihan drawdown

Skenario: Akun drawdown 25%, saldo \$750 dari \$1.000.

Asumsi strategi:

- Persentase transaksi untung 50%
- Rasio risiko–imbal 1:1,5
- Risiko per transaksi 1%

Hitungan:

$$\begin{aligned}
 \text{Risiko per transaksi} &= \$750 \times 1\% &&= \$7,50 \\
 \text{Imbal per untung} &= \$7,50 \times 1,5 &&= \$11,25 \\
 \text{Expectancy per transaksi} &= (0,5 \times \$11,25) - (0,5 \times \$7,50) &&= \$1,88 \\
 \text{Target pemulihan} &= \$250 \\
 \text{Transaksi dibutuhkan} &= \$250 \div \$1,88 &&\approx 133 \text{ transaksi}
 \end{aligned}$$

Satu transaksi per hari $\approx$ 5–6 bulan. Tiga transaksi per hari $\approx$ 2 bulan.

Di spreadsheet: buat kolom saldo, kolom hasil (U/R), dan formula yang menambah/mengurangi risiko $\times$ imbal sesuai hasil.

Simulasi 3: Penurunan winrate

Skenario: Strategi winrate 50%, rasio 1:2. Untung.

Pertanyaan: Kalau winrate turun jadi 40%, masih untung?

$$\begin{aligned}
 \text{Winrate impas untuk rasio 1:2} &= 33\% \\
 40\% > 33\% &\rightarrow \text{ya, masih untung. Expectancy turun, tapi positif.}
 \end{aligned}$$

Pertanyaan: Kalau rasio turun jadi 1:1 sambil winrate 40%?

$$\begin{aligned}
 \text{Winrate impas untuk rasio 1:1} &= 50\% \\
 40\% < 50\% &\rightarrow \text{tidak untung. Strategi rugi jangka panjang.}
 \end{aligned}$$

Rumus winrate impas: $1 \div (1 + \text{rasio imbal})$. Untuk rasio 1:2 $\rightarrow 1 \div 3 = 33\%$.

Setiap variabel (winrate, rasio, risiko) saling bergantung. Kalau satu turun, yang lain harus naik.

Simulasi 4: Monte Carlo sederhana di spreadsheet

Monte Carlo = jalankan puluhan skenario acak dengan parameter kamu, lihat rentang hasil yang mungkin. Bukan statistik rumit — hanya mengulang transaksi acak berkali-kali.

Langkah di Google Sheets atau Excel:

1. Parameter (sel tetap):

```

Modal awal      : $1.000
Risiko          : 1% = $10 per transaksi
Winrate         : 50%
Rasio imbal     : 1:2 (untung $20, rugi $10)
Jumlah transaksi per skenario: 50
Jumlah skenario: 20
  
```

2. Satu transaksi — di kolom B, baris 2:

```
=IF(RAND()<0,5, 20, -10)
```

Angka 0,5 = winrate 50%. Angka 20 dan -10 = untung/rugi dalam dolar.

3. Saldo berjalan — kolom C:

```

Baris 2: =1000 + B2
Baris 3: =C2 + B3
... salin sampai baris 51 (50 transaksi)
  
```

4. Saldo akhir skenario = sel C51.

5. Ulangi 20 kali — salin blok 50 baris ke 20 kolom terpisah (atau tekan F9 berkali-kali dan catat saldo akhir manual).

6. Ringkas hasil:

```

Terbaik 20 skenario : $_____
Terburuk 20 skenario : $_____
Rata-rata           : $_____
Berapa skenario rugi : ____ dari 20
  
```

Pelajaran: Strategi dengan expectancy positif tetap bisa rugi dalam 50 transaksi. Rentang hasil lebar — tugasmu bertahan di periode "sial", bukan panik.

Alternatif tanpa spreadsheet: lempar koin 50 kali (kepala = untung, ekor = rugi), catat saldo. Ulangi 5 kali. Hasilnya sama-sama menunjukkan variabilitas.

POIN KUNCI

- Simulasi berfungsi seperti vaksinasi mental. Trader yang sudah membayangkan skenario terburuk tidak panik saat terjadi.
- Rangkaian rugi dihitung dengan $(1 - \text{risiko})^N$ — bisa dikerjakan di satu sel spreadsheet.
- Pemulihan drawdown butuh lebih banyak transaksi daripada yang terasa — expectancy kecil menumpuk lambat.
- Winrate impas = $1 \div (1 + \text{rasio imbal})$.
- Monte Carlo sederhana cukup dibuat dengan kolom RAND() dan saldo berjalan, diulang 20× — tidak perlu software statistik.
- Jadwalkan simulasi tiap bulan; jangan menunggu kejadian.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya jalankan simulasi rangkaian rugi untuk risiko saya
- ☐ Saya jalankan simulasi pemulihan drawdown
- ☐ Saya jalankan simulasi penurunan winrate
- ☐ Saya membuat Monte Carlo sederhana di spreadsheet
- ☐ Saya membayangkan reaksi saya pada skenario terburuk

LATIHAN**Latihan 1 — Bangun simulator pribadi**

Modal : \$ _____
 Risiko per transaksi : _____ %
 Winrate (historis/target) : _____ %
 Rasio imbal : 1: _____
 Transaksi per minggu : _____
 Saldo setelah 5 rugi : \$ _____ (formula: modal $\times$ (1 - risiko)⁵)
 Saldo setelah 10 rugi : \$ _____
 Saldo setelah 15 rugi : \$ _____
 Rugi ke-berapa drawdown 30%? : _____
 Asumsi drawdown 20%:
 Saldo saat drawdown : \$ _____
 Untung yang dibutuhkan : \$ _____
 Expectancy per transaksi : \$ _____
 Transaksi dibutuhkan : _____
 Estimasi waktu : _____ minggu

Latihan 2 — Uji penurunan winrate

Winrate impas untuk rasio saya : _____ %
 Kalau winrate turun jadi 35% : masih untung? _____
 Kalau rasio turun jadi 1:1 : masih untung dengan winrate _____ %? _____

Latihan 3 — Monte Carlo di spreadsheet Buat 20 skenario $\times$ 50 transaksi dengan RAND(). Isi:

Saldo akhir terbaik : \$ _____
 Saldo akhir terburuk : \$ _____
 Rata-rata 20 skenario : \$ _____
 Skenario yang rugi : _____ dari 20
 Apakah saya siap mentally kalau hasil saya di kuartil terburuk? Ya / Tidak

Latihan 4 — Uji mental skenario terburuk

Skenario: sepuluh rugi berturut bulan ini
 Akun turun dari \$ _____ ke \$ _____ (drawdown _____ %)
 Yang akan saya lakukan:
 1. _____
 2. _____
 3. _____
 Yang TIDAK akan saya lakukan:
 1. _____
 2. _____
 3. _____

BAGIAN 4

REM DARURAT: MENJAGA AKUN TETAP HIDUP

6 BAB

BAB 4.1

LIMA PENYEBAB AKUN HANCUR

Sebelum kamu bisa **berhenti hancur**, kamu harus tahu **kenapa akunmu habis**. Kebanyakan trader yang kena margin call tidak tahu alasan sebenarnya. Mereka pikir "saya kurang beruntung", "pasarnya dimanipulasi", atau "indikatornya kurang akurat".

Salah. Penyebabnya nyaris selalu sama, dan biasanya **berasal dari kamu sendiri** — bukan pasar.

Statistik yang pahit

Data dari regulator broker (ESMA, ASIC, dan internal report banyak broker ritel) konsisten menunjukkan:

Statistik	Angka
Trader ritel yang rugi dalam 12 bulan pertama	70–85%
Trader ritel yang kena margin call minimal 1x dalam 1 tahun	60–75%
Trader ritel yang masih hidup setelah 3 tahun	< 10%
Trader ritel yang konsisten untung setelah 5 tahun	< 5%

Artinya: dari 100 trader pemula, **5 orang** yang masih trading konsisten setelah 5 tahun. Sisanya menyerah atau bakar berkali-kali sampai berhenti.

Pertanyaan jujur: **kamu mau jadi 95 yang berhenti, atau 5 yang bertahan?**

Lima penyebab akun hancur

1. Overlot (penyebab #1, sekitar 60% kasus margin call)

Lot terlalu besar dibanding modal. Akun \$100 pakai 0.10 lot. Akun \$500 pakai 0.50 lot. Akun \$1.000 pakai 1.00 lot.

Hasilnya: **satu kerugian = 20–50% akun**. Mau menang berapa kali pun, dua-tiga kerugian langsung mengikis habis.

2. Tidak pakai stop loss (~50% kasus)

"Saya yakin pasti balik arah." "Stop loss tadi \$5, sekarang sudah minus \$20, saya tahan dulu."

Pikir mana yang lebih sakit: stop loss kena \$5, atau margin call kehilangan \$100? Trader pemula sering pilih opsi kedua karena terdistorsi rasa "sayang cut loss".

3. Trading balas dendam (~70% trader pernah)

Rugi → marah → buka posisi balas dendam → rugi lebih besar → buka lagi → margin call.

Siklus ini dibahas lebih dalam di BAGIAN 4 Bab 5.

4. Trading tanpa sistem (~80% pemula)

"Perasaan" sebagai strategi utama. Masuk posisi karena chart "kelihatan bagus". Tidak ada aturan tertulis. Tidak ada rencana.

Trader tanpa sistem = penjudi yang sopan dengan platform mahal.

5. Emosi tidak terkendali (~90% trader yang kena margin call)

Trading saat marah, capek, stres, bosan, kepepet uang. Kondisi mental yang **mustahil** untuk pengambilan keputusan yang rasional.

Kabar baiknya: **kelima hal ini bisa dihentikan**. Tidak butuh keterampilan teknis tambahan. Tidak butuh indikator baru. Hanya butuh **disiplin keras** untuk berhenti melakukan lima hal yang menghancurkanmu.

Diagnosis cepat: Kalau akunmu turun lebih dari 20% dalam sebulan tanpa rangkaian external shock (perang, default bank), hampir pasti salah satu dari lima pola di atas dominan. Ambil riwayat transaksi lima hari terburuk, centang polanya, dan tulis satu kalimat: "Yang paling sering saya lakukan adalah ____." Itu titik perbaikan pertama — bukan indikator baru.

Prosedur diagnosis 30 menit: Unduh riwayat transaksi 90 hari terakhir dari platform. Sortir berdasarkan kerugian terbesar. Ambil sepuluh transaksi terburuk. Untuk masing-masing, jawab: (1) Apakah lot sesuai rumus BAGIAN 3? (2) Apakah stop loss terpasang sejak awal? (3) Apakah transaksi ini dalam 2 jam setelah kerugian sebelumnya? (4) Apakah ada rencana tertulis sebelum masuk? Pola yang muncul tiga kali atau lebih dari sepuluh transaksi itu adalah penyebab dominan — fokus perbaikan di situ dulu, bukan di strategi entry baru.

Contoh diagnosis diri

Pak Eko, akun \$200, sudah kena margin call 3x dalam 4 bulan:

- Lot biasa 0.10–0.20 di XAUUSD (overlot — risiko 5–10% per transaksi)
- Stop loss "ada di kepala", jarang dipasang di platform
- Setiap kena stop loss → langsung buka lawan arah (balas dendam)
- Trading tanpa aturan tertulis, "ikut perasaan"
- Sering trading jam 2 pagi setelah pulang lembur (emosi capek)

Lima dari lima penyebab margin call. Bukan sial — ini konsisten dengan apa yang dilakukan.

POIN KUNCI

- Akun kena margin call bukan karena kamu sial; ia karena lima pola yang **secara matematis menjamin** akun habis.
- Overlot adalah penyebab paling sering — ukuran lot yang salah menelan untung berkali-kali lipat.
- Trading tanpa stop loss mengubah satu kerugian terkendali menjadi kehilangan seluruh saldo.
- Trading balas dendam dan emosi yang tidak terkendali memperbesar kerugian justru saat kamu paling tidak fit mengambil keputusan.
- Kelima pola ini bisa dihentikan tanpa strategi baru — hanya dengan disiplin menjalankan aturan yang sudah ada.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu statistik trader ritel (kurang dari 5% masih konsisten setelah 5 tahun)
- ☐ Saya bisa menunjuk penyebab dominan akun saya habis dari lima pola di atas
- ☐ Saya berhenti menyalahkan pasar atau broker untuk kerugian saya
- ☐ Saya siap **mengubah cara trading**, bukan hanya mengganti strategi terus-menerus
- ☐ Saya sudah menulis aturan risiko dan stop loss sebelum transaksi berikutnya

LATIHAN

Latihan 1 — Diagnosis lima penyebab. Centang yang **sering** kamu lakukan dalam 30 hari terakhir:

- ☐ Overlot (lot lebih besar dari perhitungan rumus)
- ☐ Tidak pakai stop loss, atau menggeser stop loss saat rugi
- ☐ Trading balas dendam setelah kena stop loss
- ☐ Trading tanpa aturan atau rencana tertulis
- ☐ Trading saat emosi (marah, kepepet, stres, capek) Tulis di catatan: berapa yang tercentang, dan pola mana yang paling sering. **Keluaran:** daftar centang + satu kalimat pola dominan.

Latihan 2 — Cocokkan dengan riwayat transaksi. Ambil lima transaksi terakhir dari platform. Untuk masing-masing, tulis apakah ada overlot, stop loss, atau trading balas dendam:

No	Tanggal	Overlot?	Ada SL?	Balas dendam?	Catatan
1	_____	Ya/Tidak	Ya/Tidak	Ya/Tidak	_____
2	_____	Ya/Tidak	Ya/Tidak	Ya/Tidak	_____
3	_____	Ya/Tidak	Ya/Tidak	Ya/Tidak	_____
4	_____	Ya/Tidak	Ya/Tidak	Ya/Tidak	_____
5	_____	Ya/Tidak	Ya/Tidak	Ya/Tidak	_____

Keluaran: tabel terisi. Tiga centang "Ya" atau lebih berarti diagnosis bukan teori — itu sudah terjadi di akunmu.

BAB 4.2

BAHAYA OVERLOT DAN MATEMATIKA KEBANGKRUTAN

Kalau seluruh bagian ini harus diringkas jadi satu kalimat, kalimatnya adalah: **ukuran lot yang terlalu besar adalah penyebab nomor satu akun habis.**

Bukan strategi yang salah. Bukan pasar yang dimanipulasi. Bukan broker yang curang. Ukuran lot.

Bab sebelumnya menyebut ini sebagai penyebab pertama dari lima. Bab ini menunjukkan aritmetikanya, kenapa aritmetika itu tidak bisa dilawan dengan keahlian, dan kenapa orang yang sudah tahu semua ini tetap melakukannya.

Aritmetika kebangkrutan

Pertanyaan yang menjawab hampir segalanya: **berapa kerugian berturut-turut yang dibutuhkan untuk menghabiskan akunmu?**

Kolom kedua menghitung sampai akun tersisa di bawah 10% — titik di mana akun itu praktis sudah habis.

Risiko per transaksi	Kerugian berturut sampai akun habis
1%	~229 kali
2%	~114 kali
5%	~45 kali
10%	~22 kali
20%	~10 kali
30%	~7 kali
50%	~3 kali

Sekarang satu pertanyaan yang harus dijawab jujur: **berapa kali kamu pernah mengalami tujuh kerugian berturut-turut?**

Kalau kamu trading aktif, jawabannya bukan "belum pernah". Tujuh kerugian berturut adalah kejadian yang normal, bukan bencana. Ia terjadi pada trader dengan sistem yang bekerja, dalam rentang beberapa hari.

Di situlah letak seluruh masalahnya. Pada risiko 30% per transaksi, rangkaian yang normal itu menghabiskan akunmu dalam satu minggu. Pada risiko 2%, rangkaian yang sama memotong 13% dan kamu masih punya lebih dari seratus kesempatan.

Perhatikan bahwa tidak ada satu pun baris di tabel itu yang menyebut keahlian, sistem, atau ketepatan analisis. Aritmetika ini berlaku sama untuk pemula dan untuk trader sepuluh tahun.

Perbandingan yang paling jelas

Dua akun, modal sama, rangkaian kerugian sama. Yang berbeda hanya satu angka.

	Ukuran lot terlalu besar	Ukuran lot terhitung
Modal	\$100	\$100
Lot	0,10	0,02
Stop loss	\$1,00	\$1,00
Risiko per transaksi	\$10 = 10%	\$2 = 2%
Setelah 5 kerugian berturut	sisa \$59	sisa \$90
Drawdown	41%	10%
Kenaikan untuk pulih	69%	11%
Keadaan mentalnya	panik, ingin mengejar	masih bisa melanjutkan

Baris "kenaikan untuk pulih" adalah baris yang menentukan, dan bab tentang drawdown membahasnya lebih dalam. Yang perlu dilihat sekarang: modal yang sama dan rangkaian kerugian yang sama menghasilkan dua keadaan yang sama sekali berbeda, dan yang membedakannya satu angka yang kamu ketik sebelum masuk.

Ukuran lot yang aman, per modal

Tabel berikut memakai stop loss \$1,00 — jarak paling sempit yang masih masuk akal untuk emas — dan risiko 2%. Tabel lengkap untuk jarak stop loss lain ada di bab position sizing.

Modal	Risiko 2%	Lot dengan SL \$1,00
\$10	\$0,20	—
\$50	\$1	0.01
\$100	\$2	0.02
\$200	\$4	0.04
\$500	\$10	0.10
\$1.000	\$20	0.20
\$5.000	\$100	1.00

Baris pertama bertanda — karena lotnya keluar 0,002, di bawah lot minimum 0,01 yang diizinkan broker. Modal \$10 tidak bisa dipakai untuk emas dengan risiko terkendali — bukan sulit, tapi tidak

bisa.

Sekarang lihat apa artinya bagi akun \$100 kalau lotnya dinaikkan ke 0,10 — lima kali lipat dari yang seharusnya:

0,10 lot, harga bergerak \$1,00 → \$10 = 10% akun
 0,10 lot, harga bergerak \$5,00 → \$50 = 50% akun

Baris kedua bukan keadaan luar biasa. Emas bergerak \$5 dalam hitungan menit secara rutin, dan bab tentang jam terbaik menunjukkan jam-jam ketika itu paling sering terjadi. Artinya akun itu bisa kehilangan separuh nilainya **sebelum kamu selesai memutuskan apa yang harus dilakukan**.

Kejadian yang menutup akun dalam dua jam

Satu kasus, dengan angka yang bisa kamu hitung sendiri:

Pak Anto menyeter \$100. Ia membuka 0,10 lot XAUUSD, beli di 2.050, **tanpa stop rugi** — karena "nanti saya tutup manual kalau sudah kelihatan salah".

Harga turun \$8, ke 2.042. Kerugian mengambangnya:

$\$8,00 \times 0,10 \times 100 = \$80$ dari akun \$100

Ekuitasnya tersisa \$20. Broker menutup posisinya secara paksa. Akunnya selesai dalam dua jam pertama.

Dua hal yang terjadi bersamaan di kasus itu, dan keduanya perlu disebut karena biasanya memang datang bersamaan.

Ukuran lotnya lima kali terlalu besar. Untuk akun \$100, lot yang benar 0,02.

Tidak ada stop loss. Ini yang mengubah kerugian besar menjadi akun habis. Dengan stop loss \$1,00 pada lot yang sama, kerugiannya \$10 — buruk, tapi akunnya masih hidup.

Penurunan \$8 itu sendiri sama sekali bukan kejadian aneh untuk emas. Ia bisa terjadi dalam satu sesi biasa, tanpa berita apa pun.

Tujuh tanda kamu sedang overlot

Ini daftar gejala, dan kegunaannya bukan untuk mendiagnosis nanti — ia berlaku sekarang. Centang yang pernah kamu alami:

- ☐ Kerugian mengambang membuatmu tidak bisa tidur
- ☐ Kamu memeriksa harga di ponsel setiap beberapa menit
- ☐ Jantungmu berdebar saat harga bergerak \$3
- ☐ Kamu mulai berharap, bukan menunggu batas yang sudah kamu pasang

- ☐ Terlintas pikiran "kalau ini kena stop loss, hilang gaji seminggu"
- ☐ Kamu menambah posisi saat sedang merugi
- ☐ Kamu menyembunyikan kegiatan trading-mu dari keluarga

Tiga centang atau lebih berarti ukuran lotmu terlalu besar — tanpa perlu melihat angkanya.

Ini bukan kiasan. Ketujuh gejala itu adalah cara tubuhmu melaporkan bahwa jumlah uang yang dipertaruhkan melebihi yang bisa kamu tanggung. Bab tentang psikologi menjelaskan mengapa laporan itu bisa dipercaya, bahkan ketika hitunganmu terasa masuk akal: keputusan yang diambil dalam keadaan itu berubah tanpa kamu sadari, dan hampir semuanya berubah ke arah yang lebih buruk.

Gejala terakhir perlu perhatian khusus. Menyembunyikan trading dari orang terdekat biasanya berarti dua hal sekaligus: uangnya bukan uang yang boleh hilang, dan tidak ada siapa pun yang bisa menghentikanmu. Bab tentang revenge trading menjelaskan kenapa kombinasi itu berbahaya.

Kenapa orang yang tahu tetap melakukannya

Overlot bukan akibat kurang informasi. Tabel di atas ada di hampir semua materi trading, dan orang yang menghabiskan akunnya biasanya pernah membacanya. Ada lima sebab yang bekerja lebih kuat daripada informasi.

Modal kecil dengan harapan besar. Akun \$100 yang diharapkan menghasilkan \$50 per hari memaksa risiko besar — tidak ada jalan lain. Dengan risiko 2%, hasil yang wajar dari akun \$100 adalah beberapa dolar sebulan, bukan sehari. Selisih antara harapan itu dan kenyataannya harus diselesaikan di harapannya, karena aritmetikanya tidak bisa ditawar.

Meniru ukuran lot orang lain. Yang kamu lihat di media sosial adalah lotnya, bukan modalnya. Lot 0,50 di akun \$50.000 adalah risiko 1% dengan stop loss \$10. Lot 0,50 di akun \$500 adalah risiko 100%. Angka lot tidak berarti apa pun tanpa modalnya.

FOMO setelah melihat orang untung. Sama seperti di atas, tapi dengan pemicu langsung dan jeda berpikir yang lebih pendek. Bab tentang FOMO membahasnya.

Bonus deposit yang menyesatkan. Broker memberi bonus 100%, ekuitas terlihat \$200 padahal uangmu \$100. Lot dihitung dari \$200, lalu bonusnya dipotong saat rugi, dan persentase risiko sebenarnya dua kali dari yang kamu hitung. Hitung lot dari uang yang kamu setor, selalu.

Tidak pernah menghitung, hanya merasa. "Lot 0,10 itu kecil" adalah penilaian tanpa satuan. Kecil dibandingkan apa? Di akun \$100 dengan stop loss \$1,00 itu risiko 10%; di akun \$5.000 itu risiko 0,2%. Kata "kecil" tidak punya arti sampai ada modal di sebelahnya.

Perhatikan bahwa kelimanya punya bentuk yang sama: **sebuah angka dinilai tanpa dibandingkan dengan modal**. Itu satu-satunya kesalahan yang perlu kamu waspadai; kelima sebab di atas hanya cara berbeda untuk melakukannya.

Lima aturan yang tidak bisa ditawar

1. Hitung lot dengan rumus, bukan dengan perasaan:
$$\text{LOT} = \text{Risiko}(\$) \div (\text{jarak SL}(\$) \times 100)$$
2. Maksimal 2% per transaksi. Untuk tiga bulan pertama: 0,5%.
3. Periksa ulang sebelum mengirim order:
$$\text{lot} \times 100 \times \text{jarak SL} \text{ harus sama dengan risiko rencanamu}$$
4. Tutup grafik setelah masuk. Kalau kamu tidak sanggup, itu bukan soal disiplin – itu tanda lotnya masih terlalu besar.
5. Uji tidur: kalau posisi terbuka membuatmu tidak bisa tidur, tutup sekarang, lalu hitung ulang lotnya besok.

Aturan ketiga adalah yang paling sering dilewati dan paling murah dijalankan. Ia memakan lima detik dan menangkap kesalahan sepuluh atau seratus kali, yang merupakan bentuk overlot paling umum di antara orang yang sudah memakai rumus.

POIN KUNCI

- Ukuran lot yang terlalu besar adalah penyebab nomor satu akun habis, di atas semua penyebab lain.
- Pada risiko 30%, tujuh kerugian berturut menghancurkan akun. Tujuh kerugian berturut adalah kejadian yang normal.
- Pada risiko 2%, butuh sekitar 114 kerugian berturut. Aritmetika ini tidak peduli seberapa mahir kamu.
- Modal \$100, lima kerugian berturut: pada risiko 10% sisa \$59, pada risiko 2% sisa \$90.
- Untuk akun \$100 dengan stop loss \$1,00, lot yang benar 0,02. Pada 0,10 lot, pergerakan \$5 yang rutin memotong separuh akun.
- Tanpa stop loss, ukuran lot yang salah berubah dari kerugian besar menjadi akun habis.
- Tiga dari tujuh gejala overlot berarti lotmu terlalu besar, tanpa perlu melihat angka.
- Kelima sebab overlot punya bentuk yang sama: menilai angka lot tanpa membandingkannya dengan modal.
- Angka lot tidak berarti apa pun tanpa modalnya. Lot 0,50 bisa berarti risiko 1% atau 100%.
- Hitung lot dari uang yang kamu setor, bukan dari ekuitas yang mengandung bonus.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu berapa kerugian berturut yang menghabiskan akun saya pada risiko saya
- ☐ sekarang
- ☐ Saya hafal lot yang benar untuk modal saya dengan stop loss biasa saya
- ☐ Saya tidak pernah membuka posisi tanpa menghitung lot dengan rumus
- ☐ Saya memeriksa ulang dengan mengalikan kembali sebelum mengirim order
- ☐ Saya menghitung lot dari uang setoran, bukan dari ekuitas berbonus
- ☐ Saya bisa menutup grafik setelah masuk
- ☐ Saya tidak punya tiga centang di daftar tujuh gejala

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung batas kebangkrutanmu sendiri.

Risiko per transaksi saya sekarang : ____ %
 Dari tabel, kerugian berturut sampai habis : ____ kali
 Kerugian berturut terbanyak yang pernah
 saya alami (cek riwayat, jangan mengingat): ____ kali
 Selisihnya : ____ kali

Kalau selisihnya kurang dari sepuluh, kamu sedang berjarak satu rangkaian normal dari akun habis.

Latihan 2 — Periksa posisi terakhir. Ambil lima transaksi terakhir dari riwayat platform dan hitung risiko sebenarnya, bukan yang kamu niatkan:

No	Lot	Jarak SL	Risiko(\$) = lot×100×SL	Saldo saat itu	% akun
1	_____	\$_____	\$_____	\$_____	____%
2	_____	\$_____	\$_____	\$_____	____%
3	_____	\$_____	\$_____	\$_____	____%
4	_____	\$_____	\$_____	\$_____	____%
5	_____	\$_____	\$_____	\$_____	____%

Setiap baris di atas 2% adalah bukti bahwa aturan risikomu belum berjalan. Transaksi tanpa stop loss ditulis sebagai "tidak terbatas", karena itulah nilainya yang benar.

Latihan 3 — Uji gejala, hari ini. Buka satu posisi demo dengan lot yang lima kali lot normalmu, lalu biarkan satu jam sambil mengerjakan hal lain. Catat:

Berapa kali saya memeriksa harga : _____
 Apakah saya bisa berkonsentrasi : Ya / Tidak
 Gejala dari daftar tujuh yang muncul : _____

Lakukan ini di demo, bukan di akun nyata. Yang sedang kamu ukur adalah pada ukuran berapa kemampuanmu mengambil keputusan mulai menurun — dan angka itu berbeda untuk setiap orang, jadi tidak bisa dibaca dari buku.

BAB 4.3

BATAS RUGI HARIAN, MINGGUAN, DAN BULANAN

Dari semua aturan dalam buku ini, kalau kamu hanya bisa pegang **satu**, pegang ini: **batas rugi harian**.

Batas rugi harian adalah **rem darurat** yang memutuskan hari buruk **sebelum** jadi margin call. Tanpa ini, satu hari buruk saja bisa menghabiskan akun. Bab ini juga menetapkan batas mingguan dan bulanan — tiga lapis rem, bukan satu.

Batas rugi harian

Definisi sederhana: kerugian maksimum dalam **satu hari kalender**. Kena = **berhenti total** trading hari itu.

Angka rekomendasi:

- **4% dari saldo awal hari** — konservatif untuk pemula
- **3% dari saldo awal hari** — sangat konservatif (untuk yang baru pulih dari margin call)
- **5% maksimum** — sudah agresif, hanya untuk yang sudah terbukti disiplin

Rumus:

$$\text{Batas rugi harian} = \text{Saldo awal hari} \times 4\%$$

Contoh:

Saldo awal hari	Batas rugi harian (4%)
\$50	\$2
\$100	\$4
\$200	\$8
\$500	\$20
\$1.000	\$40
\$5.000	\$200

Hitung **setiap pagi sebelum trading**. Tulis di jurnal hari itu.

Batas rugi mingguan

Harian saja belum cukup. Rangkaian hari buruk bisa mengikis akun perlahan tanpa satu hari melewati batas harian.

Rumus:

Batas rugi mingguan = Saldo awal minggu × 8%

Saldo awal minggu	Batas rugi mingguan (8%)
\$100	\$8
\$200	\$16
\$500	\$40
\$1.000	\$80

Kena batas mingguan = **berhenti trading sampai Senin depan**, meski batas harian belum tercapai hari ini.

Batas rugi bulanan

Lapis terakhir menangkap bulan yang buruk secara konsisten tanpa satu minggu ekstrem.

Rumus:

Batas rugi bulanan = Saldo awal bulan × 15%

Saldo awal bulan	Batas rugi bulanan (15%)
\$200	\$30
\$500	\$75
\$1.000	\$150
\$2.000	\$300

Kena batas bulanan = **berhenti trading sampai bulan depan** dan tinjau ulang sistem penuh.

Protokol saat batas tercapai

1. Tutup semua posisi terbuka (jika ada) — jangan ditahan
2. Tutup MetaTrader sepenuhnya
3. Matikan notifikasi chart, berita, grup sinyal
4. Jangan buka chart sampai periode pengaturan ulang (besok / minggu depan / bulan depan)
5. Catat apa yang terjadi di jurnal
6. Jauhi media sosial trading — supaya tidak FOMO

Tidak ada "satu transaksi lagi". Tidak ada "lihat dulu mau bagaimana". Berhenti berarti berhenti.

Kenapa tiga batas ini wajib

1. Memutus siklus balas dendam

- Rugi → emosi → balas dendam → rugi lebih besar
- Batas harian memaksa jeda sampai kepala tenang

2. Membatasi skenario terburuk

- Tanpa batas: kerugian 30% dalam sehari mungkin
- Dengan batas 4% harian: kerugian maksimum 4% sehari
- 4% bisa pulih dalam seminggu. 30% butuh lebih dari sebulan.

3. Melindungi kondisi mental

- Kerugian besar = trauma yang mengganggu transaksi besok
- Kerugian kecil = bisa lanjut besok dengan kepala tenang

4. Memaksa istirahat

- Otak setelah rugi **tidak fit** untuk mengambil keputusan
- Batas rugi memaksa istirahat ketika dibutuhkan

5. Memberi waktu refleksi

- Jauh dari chart = waktu meninjau apa yang salah
- Lebih baik refleksi daripada langsung lanjut

Cara menegakkan batas

Aturan tertulis saja tidak cukup. **Bantuan teknis:**

1. Peringatan manual di MT4/MT5

- Pasang peringatan "Ekuitas di bawah \$X" di terminal
- Saat peringatan bunyi, tutup platform

2. Expert Advisor batas rugi harian

- Menutup otomatis semua posisi saat drawdown harian X% tercapai
- Mengunci platform sampai jam pengaturan ulang

3. Sistem rekan

- Rekan trader pegang akses akun via kata sandi investor
- Kalau kamu melanggar batas, rekan memaksa menutup
- Atau: komitmen denda (Rp 100.000 kalau langgar, kirim ke rekan)

4. Jurnal pra-mortem

- Setiap pagi sebelum trading, tulis:
 - "Saldo hari ini: \$X"
 - "Batas rugi harian: \$Y"
 - "Batas rugi mingguan: \$Z"
 - "Kalau rugi \$Y, saya berhenti trading hari ini"
- Tanda tangan komitmen tertulis — terdengar konyol, tapi bekerja

Contoh praktis — batas harian beraksi

Senin, akun \$200, batas rugi harian \$8:

Jam 09.00: Setup tidak ada, jauh dari chart sampai sore **Jam 19.30:** Setup buy XAUUSD sah, lot 0.04, stop loss \$1,00, risiko \$4 **Jam 20.15:** Stop loss kena, rugi \$4 (50% batas harian terpakai) **Jam 20.45:** Setup sell muncul, sah juga. Lot 0.04, risiko \$4 **Jam 21.30:** Stop loss kena lagi, rugi \$4. **Batas rugi harian \$8 tercapai.**

Reaksi yang benar:

- 21.31: Tutup MT4
- 21.32: Tulis di jurnal: "Hari ini 2 stop loss, batas kena, berhenti trading"
- 21.35: Olahraga ringan, nonton film
- Selasa pagi: akun \$192, kondisi mental segar, hari baru

Reaksi yang salah (balas dendam):

- 21.32: "Tunggu, satu transaksi lagi pasti balik arah"
- 21.40: Masuk tanpa setup, lot dobel
- 22.15: Rugi \$15. Akun \$173.
- 22.20: Balas dendam lagi, lot 0.15
- 23.00: Margin call. Saldo \$50.

Selisih: \$192 vs \$50 dalam 2 jam. Itulah kekuatan batas rugi harian.

Batas untuk berbagai profil

Profil trader	Batas harian	Batas mingguan	Batas bulanan
Baru pulih dari margin call	2–3%	5–6%	10%
Pemula belum konsisten	3–4%	6–8%	12–15%
Trader konsisten 6+ bulan	4–5%	8–10%	15%

Trader berpengalaman (3+ tahun)

5–6%

10–12%

18–20%

Kalau kamu baru kena margin call, **mulai dari 2–3% harian**. Kontrol ketat penting saat membangun kembali kepercayaan pada diri sendiri.

Studi kasus

Bang Roni, akun \$500, hari buruk:

Batas rugi harian: 4% = \$20

Jam 10.00: Transaksi 1, lot 0.02, stop loss \$5, rugi \$10 (kena stop loss) **Jam 14.00:** Transaksi 2, lot 0.02, stop loss \$5, rugi \$10 (kena stop loss) **Total rugi harian: \$20 = batas tercapai**

Bang Roni **berhenti**. Tutup MT4. Pergi seharian jauh dari chart.

Selasa: akun \$480, kondisi mental segar Selasa: untung \$15 (pulih 75% rugi kemarin) Rabu–Jumat: untung kecil konsisten Akhir minggu: akun \$505 (pulih + untung)

Tanpa batas rugi harian: Bang Roni bisa kebablasan, kena 5–6 kerugian hari Senin, akun turun ke \$350–\$400. Mental hancur, bulan depan susah pulih.

POIN KUNCI

- Batas rugi harian, mingguan, dan bulanan adalah tiga lapis rem — bukan saran, tapi **garis hidup akun**.
- Trader yang patuh batas rugi bisa bertahan bertahun-tahun; yang melanggar sering habis di tahun pertama.
- Batas harian 4% dari saldo awal hari adalah titik awal wajar untuk pemula.
- Batas mingguan 8% dan bulanan 15% menangkap rangkaian hari buruk yang tidak melampaui batas harian.
- Protokol saat batas tercapai: tutup posisi, tutup platform, catat, jangan buka chart sampai periode pengaturan ulang.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya menetapkan batas rugi harian, mingguan, dan bulanan secara tertulis
- ☐ Saya menulis ketiga batas di jurnal setiap pagi
- ☐ Saya berhenti trading saat batas tercapai — tanpa pengecualian
- ☐ Saya punya mekanisme penegakan (EA, peringatan, atau rekan)
- ☐ Saya paham batas rugi harian = rem darurat akun

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung tiga batas untuk akunmu.

Saldo akun saya sekarang	: \$ _____
Batas rugi harian (4%)	: \$ _____
Batas rugi mingguan (8%)	: \$ _____
Batas rugi bulanan (15%)	: \$ _____
Rugi hari ini (cek platform)	: \$ _____
Rugi minggu ini	: \$ _____
Rugi bulan ini	: \$ _____
Sisa batas harian	: \$ _____

Keluaran: tabel terisi dengan angka dari platform, bukan ingatan.

Latihan 2 — Simulasi hari buruk. Tulis skenario: dua stop rugi berturut-turut dengan risiko 2% masing-masing. Hitung saldo akhir dan apakah batas harian 4% sudah tercapai. Lalu tulis protokol yang **harus** kamu jalankan malam itu — langkah demi langkah. **Keluaran:** saldo akhir terhitung + daftar protokol minimal 5 langkah.

Latihan 3 — Uji mekanisme penegakan. Pasang satu peringatan ekuitas di MT4/MT5, atau tulis komitmen pra-mortem besok pagi. Besok, centang apakah mekanisme itu benar-benar dipakai sebelum transaksi pertama.

- ☐ Peringatan atau jurnal pra-mortem sudah disiapkan
- ☐ Dipakai sebelum transaksi pertama: Ya / Tidak **Keluaran:** centang + tanggal.

BAB 4.4

BERTAHAN DENGAN MODAL KECIL

Mari jujur: kalau modalmu \$10–\$100, kamu **tidak bisa hidup dari trading**. Titik.

Ini bukan untuk patah semangat — ini untuk **menyetel ekspektasi yang realistis**. Banyak trader hancur bukan karena strategi salah, tapi karena **berharap mustahil dari modal kecil**.

Tujuan modal kecil bukan untung besar. Tujuannya: **belajar bertahan, tumbuh perlahan, naik bertahap**.

Realita aritmetika modal kecil

Lot minimum broker adalah 0.01. Di 0.01 lot, **rugi dalam dolar = jarak stop loss dalam dolar** — selalu. Tanpa pengecualian.

Stop loss wajar untuk scalping emas: **\$1,50–\$3,00**. Itu artinya di 0.01 lot, satu stop loss = \$1,50–\$3 rugi. Risiko 2% dari akun \$10–\$50 **tidak muat** di angka itu.

Modal \$10–\$30: tidak ada kombinasi lot 0.01 dan stop loss wajar pada risiko 2%. Pilih demo atau menabung — bukan "risiko 5% saja".

Risiko 2% per transaksi — tabel referensi (sel **—** = lot di bawah 0.01, **jangan ambil setup itu**):

Modal	SL \$1,00	SL \$1,50	SL \$2,00	SL \$3,00
\$50	0.01	—	—	—
\$100	0.02	0.01	0.01	—
\$200	0.04	0.02	0.02	0.01
\$500	0.10	0.06	0.05	0.03

Baca baris modalmu, lalu kolom stop loss rencanamu. Contoh: akun \$100 dengan stop loss \$1,50 → lot **0.01** (bukan 0.02). Scalping \$1,50–\$3 baru masuk akal mulai modal \$100 (stop loss \$2) atau \$200 (stop loss \$3).

Akun \$50: hanya kolom SL \$1,00 yang terisi — scalping \$1,50+ **tidak muat** pada risiko 2%. Spread \$0,15–\$0,30 sudah memakan 15–30% dari stop loss \$1,00.

Akun \$100: stop loss sampai \$2,00; stop loss \$3 butuh modal \$200+.

Jangan harap kaya dari modal \$100. Harap belajar tidak rugi dari modal \$100. Itu sudah luar biasa.

Ekspektasi untung realistis

Trader ritel yang **konsisten untung** rata-rata mendapat:

- 3–8% per bulan (paling realistis)
- 10–15% per bulan (di atas rata-rata, butuh keterampilan)
- 20%+ per bulan (risiko tinggi, biasanya tidak berkelanjutan)

Modal	Target konservatif (5%/bln)	Target optimis (10%/bln)
\$50	\$2,50/bulan	\$5/bulan
\$100	\$5/bulan	\$10/bulan
\$200	\$10/bulan	\$20/bulan
\$500	\$25/bulan	\$50/bulan
\$1.000	\$50/bulan	\$100/bulan

\$5/bulan dari modal \$100 itu **return luar biasa** dibanding deposito bank (sekitar 0,3%/bulan). Tapi itu **tidak akan menggantikan gaji** kamu.

Prioritas: bertahan dulu, untung belakangan

Untuk modal kecil, prioritas berurutan:

Prioritas 1: tidak kena margin call

- Akun harus tetap hidup setelah 6 bulan
- Drawdown maksimum di bawah 30% dari puncak
- Tidak setor ulang saat margin call (pulih dari skill, bukan dari dompet)

Prioritas 2: konsistensi

- Untung kecil tapi rutin lebih baik dari untung besar sekali
- Persentase transaksi untung stabil di 45%+ (bukan 80% sekali, 20% bulan depan)
- Eksekusi sesuai rencana $\geq 90\%$

Prioritas 3: tumbuh perlahan

- Compound untung perlahan
- Naikkan lot bertahap (bukan lompat $2\times$)
- Tambah modal dari pekerjaan utama

Prioritas 4: untung bermakna

- Baru relevan saat modal sudah \$1.000+
- Target \$50–100/bulan
- Setelah konsisten 12 bulan, baru pertimbangkan scaling

Aturan modal kecil

1. **0.01 lot** saja sampai akun dobel (dari \$100 → \$200)
2. **Risiko 1–2% per transaksi**, tidak ada pengecualian — dan cek dulu apakah kombinasi lot–stop loss muat di tabel di atas
3. **Maksimal 1 transaksi per hari** — fokus mutu
4. **Setup mutu layak saja** — lewati setup ragu atau tolak
5. **Tidak setor ulang saat margin call** — anggap habis ya habis
6. **Tetap pekerjaan utama** — trading sambilan
7. **Untung bulan ini tidak dipakai konsumsi** — compound dulu

Studi kasus realistis

Mbak Tri, akun \$50, 6 bulan pertama:

Aturan: 0.01 lot, stop loss \$1,00, risiko \$1 (2%), maksimal 1 transaksi/hari.

Bulan 1: \$50 → \$48 (rugi \$2, kurva belajar) **Bulan 2:** \$48 → \$52 (untung \$4, mulai konsisten) **Bulan 3:** \$52 → \$50 (impas, drawdown sempit –5%) **Bulan 4:** \$50 → \$54 (untung \$4) **Bulan 5:** \$54 → \$58 (untung \$4) **Bulan 6:** \$58 → \$62 (untung \$4)

Total hasil 6 bulan: **+24% (\$12)** Hasil = secangkir kopi mahal

Tapi:

- Mbak Tri belajar sistem yang konsisten
- Akunnya tidak pernah kena margin call
- Mentalnya terbentuk untuk disiplin
- Keterampilannya siap untuk modal lebih besar

Bulan ke-7, Mbak Tri **tambah modal** dari tabungan jadi \$300. Dengan keterampilan yang sudah teruji, ia trading \$300 dengan **mental yang sudah siap**.

Pelajaran: \$12 untung itu kecil di rupiah, tapi mahal di pembelajaran. Itu yang tidak bisa dibeli dari kursus mana pun.

Pergeseran pola pikir

Pola pikir salah	Pola pikir bertahan
"Saya mau jadi sultan"	"Saya mau tidak kena margin call"
"\$100 jadi \$10.000 setahun"	"\$100 tetap \$100 setelah setahun pun OK"
"Lot besar biar cepat"	"Lot kecil, sabar, konsisten"

"Untung besar minggu ini"

"Tidak rugi besar bulan ini"

"Resign kerja & full trading"

"Trading sambilan, kerja stabil"

POIN KUNCI

- Modal \$10–\$30 tidak punya kombinasi lot dan stop loss yang sah di emas — pilih demo atau menabung.
- Modal \$50 hanya muat 0.01 lot dengan stop loss \$1,00 pada risiko 2%; scalping \$1,50–\$3 butuh modal \$150+.
- Modal kecil untuk **belajar bertahan**, bukan untung besar.
- Prioritas: hidup dulu (tidak margin call), konsisten, tumbuh perlahan, baru untung bermakna.
- Trader yang menghormati modal kecilnya akan dipercaya modal besar oleh dirinya sendiri suatu hari.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya paham batas aritmetika modal saya (lot, stop loss, risiko 2%)
- ☐ Saya tidak menargetkan untung besar dari modal kecil
- ☐ Saya prioritaskan bertahan dulu, untung belakangan
- ☐ Saya patuh aturan 0.01 lot untuk akun di bawah \$200
- ☐ Saya tidak resign dari pekerjaan utama karena modal trading kecil
- ☐ Saya sudah cek apakah stop loss scalping saya muat di modal saat ini

LATIHAN**Latihan 1 — Cek apakah modalmu muat.**

Modal saya	: \$ _____
Risiko 2%	: \$ _____
Stop loss rencana (scalping)	: \$ _____
Lot = risiko ÷ (SL × 100)	: _____
Di atas 0.01?	: Ya / Tidak

Kalau jawabannya tidak, tulis modal minimum yang dibutuhkan: $\text{Modal min.} = (\text{SL} \times 100 \times 0,01) \div 2\% = \$ ______$ **Keluaran:** perhitungan terisi + keputusan (lanjut / demo / menabung).

Latihan 2 — Proyeksi 6 bulan jujur. Isi tabel untung realistis untuk modalmu (5% dan 10% per bulan). Bandingkan dengan biaya hidup bulananmu.

Modal	Untung 5%/bln × 6	Untung 10%/bln × 6	Cukup gaji? (Ya/Tidak)
\$ _____	\$ _____	\$ _____	_____

Keluaran: tabel terisi — angka yang jujur, bukan harapan.

Latihan 3 — Audit satu minggu. Catat semua transaksi 7 hari ke depan dengan lot, stop loss, dan risiko aktual. Centang apakah setiap transaksi muat di tabel modal kecil di atas.

- ☐ Semua transaksi ≤ risiko 2% dan lot ≥ 0.01
- ☐ Stop loss dalam batas yang modal saya muat **Keluaran:** catatan mingguan + jumlah pelanggaran (target: nol).

BAB 4.5

TIGA POLA KEHANCURAN YANG NYATA

Belajar dari kesalahan orang lain lebih murah dari belajar dari kesalahan sendiri. Bab ini berisi **tiga simulasi margin call realistis** — kronologi detail tentang bagaimana akun trader hancur, dengan angka yang bisa kamu verifikasi sendiri.

Tujuan: kamu **mengenal** pola sebelum jadi cerita kamu. Ketiga kasus ini sengaja berbeda: yang pertama hancur dalam **seminggu** (overlot + balas dendam), yang kedua **perlahan selama dua bulan** (euforia setelah untung beruntun), yang ketiga **halus selama enam bulan** (tekanan keuangan setelah resign).

Simulasi 1: margin call klasik pemula (akun \$100 → \$0 dalam seminggu)

Profil: Pak Yusuf, 26 tahun, baru kenal forex 2 bulan. Belajar dari YouTube. Belum pernah demo.

Modal awal: \$100 (setoran dari gaji) **Broker:** leverage 1:500 **Instrumen:** XAUUSD saja

Hari 1 — Senin (saldo: \$100)

08.00 WIB: Buka MT4, langsung mau trading. **08.15:** Lihat XAUUSD naik kencang, FOMO buy di 2.050.

- Lot 0.10 (tanpa hitung rumus, "rasanya kecil")
- Tidak pasang stop loss ("nanti saja")
- Take profit juga tidak ada

08.45: Harga turun ke 2.046, kerugian mengambang \$40. **09.00:** Harga 2.044, mengambang \$60. Mulai panik. **09.15:** Harga 2.042, mengambang \$80. Tidak tahan, tutup manual.

$$0,10 \text{ lot} \times 100 \times \$8,00 = \$80 \quad \text{rugi terealisasi}$$

Saldo: \$20.

Reaksi: "Wajar pemula, besok lebih hati-hati."

Hari 2 — Selasa (saldo: \$20 → setor ulang → \$100)

Pak Yusuf setor ulang \$80 dari simpanan. Saldo kembali \$100.

19.30: Buka MT4, kali ini "lebih hati-hati". **19.45:** Setup sell, lot **0.05** (sudah dikecilkan).

- Stop loss \$3,00
- Target \$3,00

20.15: Take profit kena, untung \$15. Saldo \$115.

$$0,05 \text{ lot} \times 100 \times \$3,00 = \$15$$

20.30: Buka lagi, lot **0.10** ("biar untung cepat balikin rugi kemarin"). **20.45:** Harga lawan, stop loss kena, rugi \$30. Saldo \$85.

$$0,10 \text{ lot} \times 100 \times \$3,00 = \$30$$

21.00: Balas dendam, buy lawan arah. Lot 0.10. Tanpa stop loss. **21.30:** Kerugian mengambang \$40. Ekuitas \$45.

21.45: Tambah buy 0.10 di harga lebih rendah. Total lot 0.20. **22.15:** Harga lawan terus, mengambang \$80. Margin call dipicu.

$$0,20 \text{ lot} \times 100 \times \$4,00 = \$80 \quad (\text{siswa ekuitas habis})$$

Saldo: \$0.

Hari 3–5

Setor ulang \$200 dari pinjaman teman. Pola yang sama, lebih cepat. Total setoran minggu ini: **\$500**. Total saldo akhir: **\$0**.

Analisis kehancuran

Kesalahan	Frekuensi
Overlot (0.05–0.20 di akun \$100)	Setiap transaksi
Tidak pakai stop loss	60% transaksi
Trading balas dendam	Setelah hampir setiap rugi
Averaging	1× (cukup untuk habis)
Setor ulang saat rugi	3×

Penyebab utama: overlot + tanpa stop loss + balas dendam. Pola **cepat** — akun habis sebelum sempat belajar.

Seharusnya Pak Yusuf

- Demo dulu 2 minggu, pelajari rumus lot
- Lot 0.01 (bukan 0.10), risiko \$2 (2%), batas rugi harian \$4
- Stop loss wajib sejak order dikirim

Simulasi 2: api padam perlahan (akun \$500 → \$0 dalam 2 bulan)

Profil: Bu Lina, 32 tahun. Trading 6 bulan, sudah paham dasar. **Bukan pemula total** — inilah yang membuat polanya berbahaya.

Modal awal: \$500 **Lot normal:** 0.02, stop loss \$5, risiko \$10 (2%)

Bulan 1

Minggu 1–2: Disiplin. Enam transaksi untung kecil (+\$20). Saldo \$520. **Minggu 3:** Untung beruntun 5 transaksi (+\$50). Saldo \$570. Mulai merasa "sudah jago". **Minggu 4:** Naikkan lot ke 0.05 (bukan 0.02). Dua untung (+\$50), lalu tiga rugi:

$$3 \times (0,05 \text{ lot} \times 100 \times \$5,00) = \$75 \text{ rugi}$$

Saldo akhir bulan 1: **\$545** (+9%, terlihat OK).

Bulan 2

Minggu 1: Lot tetap 0.05, tidak diturunkan. Empat stop loss:

$$4 \times \$25 = \$100 \text{ rugi} \rightarrow \text{saldo } \$445$$

Minggu 2:

- Senin: dua stop loss (−\$50) → \$395
- Selasa: **balas dendam**, lot 0.08, stop loss \$5 (−\$40) → \$355
- Rabu–Kamis: averaging, drawdown 25% → \$265

Minggu 3: Mode panik. Lot 0.10–0.15, trading saat rilis NFP, stop loss tidak konsisten → \$90.

Minggu 4: Taruhan terakhir — lot 0.30, stop loss \$5:

$$0,30 \text{ lot} \times 100 \times \$5,00 = \$150 \quad (\text{satu transaksi})$$

Saldo \$0. Margin call.

Analisis kehancuran

Tahap	Kesalahan
Minggu 1–2	Disiplin awal (OK)
Minggu 3–4	Euforia setelah untung beruntun, lot dinaikkan
Bulan 2 minggu 1	Tidak turunkan lot saat rugi beruntun
Bulan 2 minggu 2	Balas dendam + averaging
Bulan 2 minggu 3–4	Mode putus asa, lot makin besar

Penyebab utama: euforia → lot naik → rugi beruntun tidak ditangani → spiral. Pola **perlahan** — trader "sudah tahu teori" tapi melonggarkan saat untung.

Seharusnya Bu Lina

- Untung beruntun 5 transaksi → **jangan naikkan lot**
- Dua rugi berturut → berhenti hari itu (batas rugi harian)
- Drawdown 15% → turunkan lot, bukan naikkan

Simulasi 3: erosi halus (akun \$2.000 → \$0 dalam 6 bulan)

Profil: Pak Hendra, 38 tahun, manajer IT. Trading 1,5 tahun, pernah untung konsisten. **Bukan overlot pemula** — polanya tekanan hidup.

Modal awal: \$2.000 **Lot normal:** 0.05, stop loss \$8, risiko \$40 (2%)

Bulan 1–3

Sistem trend following XAUUSD. Untung 5% per bulan. Akun: \$2.000 → \$2.315.

Bulan 4

Mulai posting untung di media sosial. Fokus terbagi, untung melambat (+2% → \$2.361).

Bulan 5

Resign dari kerja — tabungan hidup habis, tekanan "trading harus bayar tagihan". Lot dinaikkan ke 0.15 (stop loss \$8, risiko \$120 = 6% per transaksi).

Lima rugi berturut:

$$5 \times (0,15 \text{ lot} \times 100 \times \$8,00) = \$600 \rightarrow \text{saldo } \$1.761$$

Balas dendam: lot 0.25, dua stop loss:

$$2 \times (0,25 \text{ lot} \times 100 \times \$8,00) = \$400 \rightarrow \text{saldo } \$1.361$$

Bulan 6

Tidak ada gaji. Anak butuh biaya sekolah. Lot 0.50–1.00, trading 12 jam/hari, setup tidak konsisten, martingale. Margin call. Saldo \$0.

Pak Hendra terpaksa kembali bekerja, malu, hutang menumpuk.

Analisis kehancuran

Tahap	Kesalahan
Bulan 4	Fokus terbagi, ego naik
Bulan 5	Resign tanpa cadangan 12 bulan
Bulan 5	Lot naik karena tekanan keuangan, bukan karena sistem

Bulan 6

Trading untuk **bayar tagihan**, bukan untung

Penyebab utama: trading jadi sumber penghasilan utama sebelum siap. Tekanan keuangan merusak pengambilan keputusan. Pola **halus** — tidak ada satu hari katastrofik, hanya keputusan sedikit lebih besar setiap minggu.

Seharusnya Pak Hendra

- Cadangan hidup **12 bulan** sebelum resign
- Untung trading konsisten **24 bulan** minimum
- Penghasilan trading **2–3×** biaya hidup — bukan **1×**
- Alternatif: tetap kerja, trading sambilan

Pola universal dari tiga simulasi

Simulasi	Pola	Kecepatan	Pemicu utama
1 (Yusuf)	Overlot + tanpa stop loss + balas dendam	Seminggu	FOMO, tidak pernah demo
2 (Lina)	Euforia → lot naik → rugi beruntun	2 bulan	Euforia setelah untung beruntun
3 (Hendra)	Resign → tekanan hidup → lot makin besar	6 bulan	Trading jadi penghasilan utama

Pelajaran universal: margin call bukan kejadian tunggal. Ia **akumulasi keputusan kecil yang salah**. Hentikan akumulasi → hentikan kehancuran.

POIN KUNCI

- Tiga pola berbeda: cepat (overlot pemula), perlahan (euforia), halus (tekanan hidup).
- Pak Yusuf: 0.10 lot di akun \$100 = risiko 10× lipat dari yang benar (0.01 lot).
- Bu Lina: lot normal 0.02 → 0.05 setelah untung beruntun; satu stop loss 0.30 lot = 30% akun.
- Pak Hendra: lot 0.15 dengan risiko 6% per transaksi — bukan overlot pemula, tapi tekanan keuangan.
- Semua simulasi bisa dicek dengan rumus: $\text{lot} \times 100 \times \text{jarak stop loss}$.
- Trader yang bertahan bukan yang paling pintar, tapi yang paling cepat **mengenali tanda bahaya** dan **berhenti** sebelum spiral.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya kenali pola overlot + balas dendam cepat (Simulasi 1)
- ☐ Saya kenali pola euforia + lot naik perlahan (Simulasi 2)
- ☐ Saya kenali pola tekanan hidup + erosi halus (Simulasi 3)
- ☐ Saya tidak resign sebelum penghasilan trading stabil 24 bulan
- ☐ Saya sudah menulis tanda bahaya pribadi sebelum spiral dimulai

LATIHAN

Latihan 1 — Verifikasi angka Simulasi 1. Hitung ulang tiga baris kunci Pak Yusuf dan cocokkan dengan kronologi:

Hari 1 rugi (0,10 lot, harga turun \$8)	: \$ _____
Hari 2 untung (0,05 lot, target \$3)	: \$ _____
Hari 2 rugi balas dendam (0,20 lot, \$4)	: \$ _____

Keluaran: tiga angka terisi — \$80, \$15, \$80.

Latihan 2 — Di mana posisimu di tiga pola? Centang yang pernah kamu rasakan 90 hari terakhir:

- ☐ Pola 1: lot jauh di atas rumus, stop loss sering tidak dipasang
- ☐ Pola 2: lot naik setelah untung beruntun, sulit turunkan setelah rugi beruntun
- ☐ Pola 3: trading terasa "harus" menghasilkan untuk biaya hidup Tulis satu kalimat tindakan pencegahan untuk pola yang tercentang. **Keluaran:** centang + kalimat tindakan.

Latihan 3 — Simulasi spiral sendiri.

Modal saya	: \$ _____
Lot saya saat euforia	: _____
Rugi jika SL \$5 kena	: \$ _____ (= lot × 100 × 5)
Itu ____% dari modal	: _____%
Setelah 3 rugi berturut sisa	: \$ _____

Keluaran: tabel terisi. Kalau satu rugi di atas 5%, itu sudah masuk zona Simulasi 2.

BAB 4.6

PEMULIHAN SETELAH AKUN HABIS

Bab ini ditulis untuk keadaan yang mudah-mudahan tidak kamu alami, tapi yang dialami mayoritas orang yang mencoba trading: akun habis, atau tersisa sedikit sekali sehingga praktis sama saja.

Isinya bukan penyemangat. Isinya urutan langkah, dan satu pertanyaan yang harus dijawab jujur sebelum langkah pertama.

Satu pertanyaan sebelum apa pun

Apakah saya masih punya uang yang kalau hilang lagi, hidup saya tidak berubah?

Kalau jawabannya tidak, bab ini berhenti di sini, dan jawaban yang benar adalah **berhenti**. Bukan berhenti sementara — berhenti sampai keadaan itu berubah.

Ini bukan nasihat moral. Ini teknis, dan alasannya ada di BAGIAN 0 Bab 2: uang yang kamu takut kehilangan mengubah keputusanmu, dan setelah kehilangan satu akun rasa takut itu berlipat. Menambah modal dari uang yang tidak boleh hilang, setelah baru saja kehilangan satu akun, adalah kombinasi kondisi terburuk yang mungkin.

Kalau jawabannya ya, lanjutkan — tapi jangan menyetor apa pun sampai langkah 4 selesai.

Kenapa pemulihan hampir selalu gagal

Pola yang paling umum setelah akun habis bukan berhenti. Polanya seperti ini:

Akun habis → setor lagi dalam 48 jam → ukuran lot lebih besar dari sebelumnya
→ habis lagi lebih cepat → setor lagi → dan seterusnya

Ukuran lot yang lebih besar itu bukan kebodohan. Ia hasil dari perhitungan yang terasa logis: "modal saya sekarang lebih kecil, jadi kalau saya mau kembali ke titik semula, saya harus mengejar lebih cepat."

Perhitungan itu keliru di satu tempat, dan bab tentang drawdown sudah menunjukkannya. Modal yang lebih kecil membutuhkan risiko persentase yang **lebih kecil**, bukan lebih besar, karena ia punya lebih sedikit bantalan untuk menyerap rangkaian kerugian yang normal.

Ada satu hal lagi yang membuat siklus ini sulit dihentikan: yang mendorongnya bukan keinginan menghasilkan uang, tapi keinginan **membatalkan kerugian**. Bab tentang revenge trading membahas mekanismenya. Yang perlu kamu ketahui sekarang: selama dorongan itu yang menggerakkan, ukuran modal berapa pun akan habis.

Lima langkah, dan tidak ada yang bisa dilewati

Langkah 1 — Berhenti total 30 hari.

Tidak membuka platform. Tidak menyetor. Tidak mengecek harga. Tidak melihat grafik di media sosial.

Tiga puluh hari terasa berlebihan, dan itu bagian dari maksudnya. Angka ini bukan tentang menenangkan diri; ia tentang memutus kebiasaan. Dorongan untuk membuka platform dan "melihat saja" adalah kebiasaan yang terbentuk, dan kebiasaan butuh waktu untuk melemah.

Kalau kamu tidak sanggup menjalani tiga puluh hari tanpa menyentuh platform, itu temuan yang sangat penting tentang dirimu — dan jawabannya bukan mencoba trading lagi.

Langkah 2 — Tulis riwayat kematian akunnya.

Ambil riwayat transaksi dari platform. Kalau akunnya sudah ditutup, minta ke broker; mereka wajib menyimpannya. Lalu isi ini dengan angka:

Modal awal	: \$ _____
Modal akhir	: \$ _____
Jumlah transaksi total	: _____
Transaksi terbesar (dalam % akun saat itu)	: _____%
Berapa transaksi melebihi batas risiko saya	: _____
Berapa transaksi tanpa stop loss	: _____
Kerugian terbesar dalam satu hari	: _____%
Berapa hari saya melewati batas rugi harian	: _____
Hari terburuk: apa yang terjadi	: _____
Berapa banyak kerugian total terjadi dalam 5 transaksi terburuk:	_____%

Baris terakhir hampir selalu memberi kejutan. Pada mayoritas akun yang habis, **lima transaksi terburuk menyumbang lebih dari separuh seluruh kerugian**. Ini temuan yang mengubah arah pemulihan, karena artinya masalahnya bukan pada rata-rata transaksimu — masalahnya pada sedikit transaksi yang ukurannya lepas kendali.

Langkah 3 — Tetapkan penyebabnya: satu dari tiga.

Setiap akun yang habis punya satu dari tiga penyebab utama. Menentukan yang mana menentukan apa yang diperbaiki.

Penyebab	Tandanya di langkah 2	Yang harus diperbaiki
Ukuran posisi	Ada transaksi melebihi batas risiko. Lima terburuk menyumbang mayoritas kerugian	Cara menghitung lot. Ini yang paling umum dan paling mudah diperbaiki
Kepatuhan	Banyak transaksi tanpa stop loss atau ditutup manual. Batas harian sering dilewati	Sistem penegakan diri, bukan pengetahuan
Sistem	Semua transaksi sesuai aturan, ukuran benar, tetap rugi perlahan	Cara masuk dan keluar

Urutan itu bukan acak. **Penyebab pertama jauh lebih sering daripada yang ketiga**, dan kesalahan paling mahal dalam pemulihan adalah menyimpulkan bahwa sistemnya salah ketika yang salah adalah

ukuran posisinya. Orang yang salah menebak akan mencari sistem baru, menemukannya, lalu menghabiskan akun berikutnya dengan cara yang persis sama.

Kalau kolom "tandanya" di baris pertama atau kedua terisi, jangan ganti sistem. Sistemnya belum pernah benar-benar diuji.

Langkah 4 — Perbaiki satu hal, buktikan di demo.

Perbaiki penyebab yang kamu temukan. Satu, bukan tiga.

Lalu buktikan di akun demo dengan saldo **sama persis** dengan modal yang akan kamu pakai nanti — bukan lebih besar. Syarat lulus:

- 30 transaksi berurutan, dengan seluruhnya:
 - punya stop loss sejak awal
 - ukuran lot dihitung, dengan baris cek ulang tertulis
 - tidak ada satu pun yang melebihi batas risiko
 - alasan masuk tertulis sebelum masuk
 - batas rugi harian tidak pernah dilewati

Hasil untung atau rugi TIDAK menjadi syarat.

Baris terakhir sering ditolak, dan justru itu intinya. Yang gagal sebelumnya bukan kemampuanmu menebak arah, tapi kepatuhanmu pada ukuran. Yang diuji ulang adalah hal yang gagal.

Langkah 5 — Kembali dengan seperempat modal dan seperempat risiko.

Modal : seperempat dari yang kamu rencanakan
 Risiko : 0,5% per transaksi
 Batas harian : 4%
 Transaksi : maksimal 1 per hari selama bulan pertama

Kenaikan setelah itu mengikuti tahapan di bab tentang kapan menaikkan lot, dan hitungannya mulai dari nol.

Alasan modalnya juga diperkecil, bukan hanya risikonya: kalau ternyata perbaikan di langkah 4 belum cukup, kerugian keduanya jauh lebih murah. Kamu masih punya tiga perempat modal untuk mencoba lagi dengan pengetahuan yang lebih baik.

Yang tidak boleh dilakukan

Godaan	Kenapa berbahaya
Setor lagi dalam beberapa hari	Dorongan membatalkan kerugian masih penuh
Modal lebih besar supaya lebih cepat pulih	Memperbesar taruhan pada hal yang belum diperbaiki
Risiko lebih besar karena modal kecil	Kebalikan dari yang dibutuhkan modal kecil
Ganti sistem tanpa membaca langkah 3	Mengulang penyebab yang sama dengan alat baru

Beli sinyal atau jasa titip dana	Menyerahkan satu-satunya hal yang bisa kamu kendalikan
Kejar target "kembali ke titik semula"	Membuat setiap keputusan tunduk pada angka masa lalu

Baris terakhir perlu penjelasan. Modal yang hilang sudah hilang. Menjadikan angka lama sebagai target membuat setiap keputusan dinilai dari seberapa cepat ia menutup jarak, dan itu persis cara berpikir yang menghabiskan akun pertama.

Titik awalmu sekarang adalah saldo hari ini. Bukan saldo tertinggi yang pernah kamu lihat.

Kalau ini akun kedua yang habis

Jawabannya berbeda, dan harus dikatakan langsung: **berhenti setidaknya enam bulan, dan pertimbangkan berhenti selamanya.**

Dua akun habis dengan pola yang sama berarti masalahnya bukan pengetahuan. Kamu sudah membaca, sudah tahu aturannya, dan tetap melanggarnya. Yang belum terbukti adalah apakah kamu bisa menjalankan aturan di bawah tekanan uang nyata, dan dua kali kegagalan adalah bukti yang berarti.

Tidak ada yang salah dengan menyimpulkan bahwa trading bukan untukmu. Ini keterampilan tertentu dengan tuntutan tertentu, sama seperti keterampilan lain yang tidak cocok untuk semua orang. Kesimpulan itu jauh lebih baik daripada akun ketiga.

POIN KUNCI

- Jawab dulu: masih ada uang yang kehilangannya tidak mengubah hidupmu? Kalau tidak, berhenti.
- Pola gagal yang umum: setor lagi dalam 48 jam dengan ukuran lebih besar.
- Modal yang lebih kecil butuh risiko persentase yang lebih kecil, bukan lebih besar.
- Lima langkah: berhenti 30 hari, tulis riwayat kematian akun, tetapkan satu dari tiga penyebab, perbaiki satu hal dan buktikan 30 transaksi di demo, kembali dengan seperempat modal dan risiko 0,5%.
- Pada mayoritas akun yang habis, lima transaksi terburuk menyumbang lebih dari separuh total kerugian. Artinya masalahnya ukuran posisi, bukan sistem.
- Kesalahan pemulihan paling mahal: mengganti sistem padahal penyebabnya ukuran posisi.
- Syarat lulus demo adalah kepatuhan, bukan untung.
- Titik awalmu adalah saldo hari ini, bukan saldo tertinggi yang pernah ada.
- Akun kedua yang habis: berhenti enam bulan, dan pertimbangkan berhenti selamanya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menjawab pertanyaan tentang uang dengan jujur
- ☐ Saya menjalani 30 hari tanpa membuka platform
- ☐ Saya sudah menulis riwayat kematian akun dengan angka, bukan ingatan
- ☐ Saya sudah menetapkan satu penyebab dari tiga
- ☐ Saya memperbaiki satu hal, bukan tiga
- ☐ Saya lulus 30 transaksi demo dengan kepatuhan penuh
- ☐ Modal kembali saya seperempat, risiko 0,5%
- ☐ Saya tidak menjadikan saldo lama sebagai target

LATIHAN

Latihan 1 — Riwayat kematian akun. Isi tabel di langkah 2 sepenuhnya, dari riwayat transaksi. Kalau ada baris yang tidak bisa kamu isi karena datanya tidak ada, itu sendiri temuan: kamu tidak mencatat, dan bab tentang jurnal menjelaskan kenapa itu penyebab yang berdiri sendiri.

Latihan 2 — Hitung sumbangan lima terburuk.

Total kerugian seluruh transaksi rugi : \$ _____
 Lima transaksi rugi terbesar : \$ _____
 Porsinya : _____ %
 Kalau kelima transaksi itu ukurannya sesuai batas risiko,
 total kerugiannya akan menjadi : \$ _____
 Akun saya akan tersisa : \$ _____

Angka terakhir biasanya yang paling menyakitkan dan paling berguna. Pada banyak kasus, akun itu sebenarnya tidak perlu habis.

Latihan 3 — Rencana kembali.

Modal yang saya rencanakan : \$ _____
 Seperempatnya : \$ _____
 Risiko 0,5% dari itu : \$ _____
 Dengan SL \$3,00, ukuran lot saya: _____
 Apakah di atas 0,01? Ya / Tidak

Kalau jawabannya tidak, tabel modal minimum di bab position sizing berlaku: modal itu belum cukup untuk emas, dan jawaban yang benar adalah menabung dulu atau tetap di demo — bukan memperbesar risiko.

BAGIAN 5

WAKTU: SESI PASAR DAN VOLATILITAS

7 BAB

BAB 5.1

KARAKTER SESI ASIA

Trader Indonesia cenderung trading pagi-siang karena jam kerja cocok dengan zona waktu Asia. Kebanyakan menganggap ini jam terbaik untuk emas — padahal sesi Asia bukan tempat eksekusi agresif. Rentang pergerakan di sini paling sempit dalam sehari (\$5–\$12 per sesi), sementara spread \$0,15–0,30 tetap jadi porsi besar dari ruang yang tersedia. Sesi ini untuk observasi, pencatatan batas rentang, dan persiapan — bukan mengejar breakout.

Jam sesi Asia (WIB)

Gabungan Sydney, Tokyo, Hong Kong, dan Singapura:

- Sydney buka: 05.00 WIB
- Tokyo buka: 07.00 WIB (patokan utama)
- Hong Kong / Singapura buka: 09.00 WIB
- Tokyo tutup: 15.00 WIB

Jendela Asia untuk emas: kira-kira 07.00–14.00 WIB. Sebelum 07.00 hampir tidak ada pergerakan signifikan. Setelah 14.00, pasar mulai bersiap ke London — pergerakan sudah bukan murni Asia lagi.

Jam London dan New York di bab-bab sesi memakai WIB. Maret–November (waktu musim panas Eropa dan Amerika): jam seperti di atas. November–Maret: geser +1 jam untuk London dan New York.

Pergerakan menyamping, spread relatif lebar

Emas di Asia hampir selalu terikat rentang sempit:

Kondisi	Rentang per sesi
Hari normal	\$5–\$12
Hari sepi (sering Senin)	di bawah \$5
Hari volatil (BoJ, PMI China)	\$12–\$20

Untuk perbandingan: satu sesi London–New York bisa bergerak \$30–\$80. Asia hanya sekitar sepertiga dari itu — dan spread tidak ikut mengecil.

Pemain besar memakai jam sepi ini untuk membangun posisi bertahap, menguji level support/resistance, dan membentuk rentang yang nanti jadi umpan likuiditas saat London buka. Chart terlihat membosankan, tapi di baliknya ada akumulasi pelan.

Berita Asia dan batas rentang untuk London

Berita Asia (PMI China, pernyataan BoJ, data Australia) jarang mengguncang emas seperti data Amerika. Pengecualian: intervensi BoJ, kebijakan bank sentral China, geopolitik regional — semuanya bisa memicu lonjakan singkat.

Yang paling penting: titik tertinggi dan terendah Asia hampir selalu jadi target likuiditas saat London buka. Asia high sering disapu dulu lalu harga balik turun; Asia low sering disapu lalu harga balik naik; kadang keduanya disapu berurutan. Trader berpengalaman mencatat batas rentang Asia dan menunggu London — bukan memaksakan transaksi di Asia.

Tiga skenario yang sering muncul

Hari rentang tenang (paling sering). Jam 08.00 WIB, emas di \$2.655. Lima jam berikutnya harga hanya bergerak \$2.652–\$2.660 — rentang \$8, rata-rata \$1,60 per jam. Batang H1 kecil, ekor panjang, badan tipis. Trader yang memaksa masuk karena bosan kena spread dan stop loss tanpa arah jelas.

Hari tren Asia (jarang). Pernyataan BoJ penting, emas naik \$15 dalam dua jam. Jam 11.00 harga sudah balik — tren Asia sering dibalik di tengah sesi karena pergerakan awal dirancang, bukan organik.

Rentang jadi umpan London. Emas terkunci \$2.670–\$2.675 sepanjang pagi. Jam 14.00 menembus ke \$2.678, banyak orang mengejar long. Setengah jam kemudian harga turun ke \$2.668 — Asia high disapu, lalu harga berbalik. Pola ini sangat khas emas.

Yang masih masuk akal di Asia

Kalau kamu memang hanya punya waktu pagi:

1. **Trading rentang konservatif** — identifikasi batas setelah 09.00 WIB, masuk saat penolakan di ujung rentang, take profit di sisi berlawanan, stop loss \$1,50–\$3,00 di luar rentang, rasio risiko–untung 1:1 sampai 1:1,5.
2. **Kelanjutan tutup New York** — kadang Asia melanjutkan arah tutup NY dengan lemah; masuk di pullback, tutup sebelum London buka.
3. **Analisis di Asia, eksekusi di London** — paling efisien: pagi untuk peta rentang, sore untuk aksi.

Kesalahan Umum

- Memaksa masuk karena bosan — spread habiskan untung sebelum harga bergerak cukup.
- Memperlakukan Asia seperti London — setup breakout di sini 70%+ gagal.
- Tidak mencatat Asia high/low — kehilangan peta likuiditas untuk sesi berikutnya.
- Lupa cek kalender pagi — intervensi BoJ atau krisis geopolitik bisa memicu lonjakan tiba-tiba.
- Naikkan lot di London karena untung kecil di Asia — dua sesi berbeda, skill tidak otomatis pindah.

Aturan praktis

1. Trading di Asia hanya kalau strategimu memang untuk rentang (kembali ke tengah).
2. Catat Asia High dan Asia Low sebelum 13.00 WIB, tandai di chart.
3. Risiko per transaksi $\leq 1\%$ — ruang untung Asia lebih kecil dari London.
4. Tutup posisi Asia sebelum 13.30 WIB; volatilitas London bisa tiga kali lipat.
5. Kalau rentang di bawah \$5, lewati Asia dan tunggu London.

POIN KUNCI

- Sesi Asia berupa rentang sempit (\$5–\$12), pergerakan menyamping, spread relatif lebar.
- Bukan jam eksekusi agresif — cocok untuk observasi dan pencatatan batas rentang.
- Asia high/low hampir selalu jadi target likuiditas saat London buka.
- Stop loss \$1,50–\$3,00; rasio risiko–untung realistis 1:1 sampai 1:1,5.
- Rentang di bawah \$5: lewati, tunggu London.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu jendela Asia 07.00–14.00 WIB dan pergeseran DST November–Maret
- ☐ Saya sudah cek kalender berita Asia pagi ini
- ☐ Saya sudah catat Asia High dan Asia Low di chart
- ☐ Strategi saya cocok untuk rentang, bukan breakout
- ☐ Risiko per transaksi saya $\leq 1\%$
- ☐ Saya punya rencana tutup posisi sebelum 13.30 WIB
- ☐ Saya tidak memaksa masuk kalau rentang di bawah \$5

LATIHAN

Latihan 1 — Ukur rentang Asia sendiri. Lima hari berturut-turut, catat titik tertinggi dan terendah emas antara 07.00–14.00 WIB. Hitung rentang harian dalam dolar per ons. Bandingkan dengan spread brokermu di jam yang sama — di hari mana spread melebihi 30% rentang?

Latihan 2 — Peta likuiditas. Pilih satu hari Kerja, tandai Asia high/low di chart H1. Amati apa yang terjadi saat London buka (14.00 WIB, +1 jam November–Maret). Tulis satu paragraf: apakah batas Asia disapu, ditembus, atau diabaikan?

Latihan 3 — Simulasi trading rentang. Di demo, identifikasi satu rentang Asia sah (minimal empat batang H1). Tunggu penolakan di ujung rentang, masuk dengan SL \$2,00. Catat hasil — untung, rugi, atau tidak terisi — beserta alasan.

BAB 5.2

KARAKTER SESI LONDON

Asosiasi Bullion London (LBMA) — pusat perdagangan emas fisik terbesar di dunia — beroperasi dari sini. Saat London buka, likuiditas institusional masuk sekaligus dan rentang pergerakan melonjak ke \$15–\$40 per sesi. Spread sering menyempit ke \$0,15–0,25 karena persaingan pembuat pasar. Tapi jam buka London juga menghabiskan lebih banyak akun ritel daripada sesi mana pun: sapuan likuiditas, tembusan palsu, pembalikan cepat. Bab ini membahas cara bertahan di bukaan dan memanfaatkan momentum setelahnya.

Jam sesi London (WIB)

Maret–November (musim panas Eropa):

- London buka: 14.00 WIB
- Aktif penuh: 14.00–22.00 WIB
- Jeda makan relatif tenang: 18.00–19.00 WIB
- London tutup: 23.00 WIB

November–Maret: semua jam London geser +1 jam (buka 15.00, tutup 24.00 WIB).

Sub-jendela penting:

Jendela	WIB (musim panas)	Karakter
Pra-buka	13.30–14.00	Sapuan awal, posisi mulai terbuka
Jam buka	14.00–15.00	Paling volatil, paling berbahaya
Tengah London	15.00–18.00	Momentum searah, paling ramah trend
Pra-New York	18.00–19.00	Konsolidasi, persiapan overlap
Akhir London	19.00–22.30	Overlap NY, likuiditas puncak

Dorongan searah setelah sapuan bukaan

Jam 14.00 WIB, volatilitas melonjak: \$10–\$20 dalam 30 menit pertama normal. Pola bukaan khas:

- Sapuan Asia high dan/atau Asia low
- Arah 15 menit pertama sering palsu
- Spread sempat melebar saat likuiditas baru masuk
- Stop loss ritel di luar rentang Asia jadi target

Aturan bukaan: jangan masuk posisi baru di 30 menit pertama. Tunggu konfirmasi.

Setelah debu reda (sekitar 15.00 WIB), London masuk fase tren: arah bukaan sering berlanjut 2–4 jam kecuali ada berita besar. Ini jendela terbaik untuk mengikuti tren emas.

London juga rutin mengambil likuiditas sebelum arah sebenarnya: harga menembus Asia high, memicu stop beli, lalu balik turun — atau sebaliknya. Trader ritel yang masuk di breakout langsung sering kena pembalikan.

Berita Eropa dan persiapan ke New York

Rilis saat London aktif: keputusan suku bunga ECB/BoE, CPI/JPMI Jerman dan Inggris, pidato pejabat bank sentral. Bukan data Amerika, tapi bisa menggoyang emas \$20–\$50 karena pengaruh ke EUR/USD dan sentimen risiko.

Sekitar 18.00–19.00 WIB sering ada konsolidasi — pemain besar menyesuaikan posisi sebelum New York. Kamu bisa melewati jendela ini atau menyiapkan entry untuk overlap.

Empat skenario London

Sapuan + balik (paling sering). Asia high \$2.655, low \$2.650. Jam 14.00 harga naik ke \$2.658, posisi beli mengejar breakout. Jam 14.30 turun ke \$2.645 — sapuan lalu pembalikan \$13. Yang sabar menunggu penolakan di \$2.657 dapat pergerakan \$12 ke bawah.

Kelanjutan tren bersih. Asia tenang \$2.670–\$2.674. London sapu low ke \$2.667, balik naik, jam 16.30 sudah di \$2.688 — \$21 dari low bukaan. Entry setelah konfirmasi pembalikan di area sapuan.

Lonjakan berita ECB. Jam 19.45 WIB pernyataan hawkish Lagarde — emas turun \$25 dalam lima menit. Posisi beli tanpa cek kalender kena stop loss.

Asia sepi, London meledak. Senin pagi rentang Asia hanya \$3. Jam 16.00 sudah \$25 pergerakan — energi terkumpul di Asia keluar sekaligus.

Setup yang cocok di London

1. **Sapuan + pembalikan** — tunggu sapuan Asia high/low, lilin penolakan, masuk berlawanan arah sapuan, SL \$5–\$8 di luar ekor, TP minimal 1:2.
2. **Kelanjutan tren (15.00–18.00 WIB)** — setelah arah terbentuk, masuk di pullback ke support/resistance, TP sebelum jeda makan atau pra-NY.
3. **Akhir London menuju overlap** — breakout konsolidasi pra-NY, menahan posisi sampai overlap.

Kesalahan Umum

- Masuk di 5–15 menit pertama — FOMO di jam paling tidak pasti arahnya.
- Stop loss terlalu ketat (\$3–\$5) — kena stop hunt sebelum arah terbukti.
- Mengejar breakout tanpa konfirmasi penutupan M15/H1 di luar rentang.
- Tidak cek kalender ECB/BoE — lonjakan \$30+ tanpa persiapan.
- Memegang posisi London ke NY tanpa rencana — pembalikan NY sering menghapus untung.

Aturan praktis

1. Tunggu 30 menit setelah buka sebelum entry pertama.
2. Tandai Asia high/low sebelum 14.00 WIB.
3. Stop loss intraday \$5–\$8; bukaan volatil bisa butuh \$8–\$12.
4. Tunda transaksi kalau ada berita ECB/BoE berdampak tinggi.
5. Ikuti tren setelah 15.00 WIB; counter-trend di tengah London lebih riskan.
6. Kurangi lot kalau gap bukaan besar dari tutup Asia.

POIN KUNCI

- London: rentang \$15–\$40, spread relatif sempit, pergerakan dorongan searah setelah sapuan bukaan.
- 30 menit pertama paling berbahaya — sapuan likuiditas dan arah palsu dominan.
- Asia high/low adalah peta utama; sapuan + pembalikan adalah pola bukaan khas.
- Jendela 15.00–18.00 WIB paling ramah mengikuti tren.
- November–Maret: geser semua jam London +1 jam.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah tandai Asia High dan Asia Low sebelum 14.00 WIB
- ☐ Saya sudah cek kalender berita ECB/BoE hari ini
- ☐ Saya tidak akan masuk posisi baru di 30 menit pertama bukaan
- ☐ Stop loss saya \$5–\$8 (lebar di jam buka volatil)
- ☐ Saya tahu pergeseran +1 jam November–Maret
- ☐ Saya punya rencana tutup atau trail sebelum overlap NY
- ☐ Saya tidak mengejar breakout tanpa konfirmasi lilin

LATIHAN

Latihan 1 — Katalog sapuan bukaan. Sepuluh hari Kerja, amati 30 menit pertama London (14.00–14.30 WIB). Catat: apakah Asia high disapu, Asia low disapu, keduanya, atau tidak ada sapuan. Hitung persentase hari dengan sapuan minimal satu sisi.

Latihan 2 — Biaya vs ruang. Di jam 14.00 dan 15.00 WIB, catat spread dan pergerakan satu batang M15. Bandingkan: di jam mana biaya masuk paling kecil relatif terhadap pergerakan?

Latihan 3 — Simulasi sapuan + pembalikan. Di demo, tunggu sapuan Asia high/low pada bukaan London, lalu masuk setelah penolakan dengan SL \$6. Catat lima setup — berapa yang mencapai TP 1:2?

BAB 5.3

KARAKTER SESI NEW YORK

Comex — bursa kontrak berjangka emas Amerika — membuka pintu volume institusional terbesar kedua. Emas dihargai dalam dolar; data ekonomi AS (NFP, CPI, FOMC) rilis di jam ini dan bisa menggerakkan harga \$30–\$100 dalam hitungan menit. Rentang sesi New York: \$20–\$50 tanpa berita, lebih besar saat rilis data. Spread normal \$0,15–0,30, tapi saat berita bisa melebar ke \$1–\$5 sesaat. Sesi ini memberi pergerakan terbesar — dan cara tercepat menghabiskan modal kalau kamu tidak paham polanya.

Jam sesi New York (WIB)

Maret–November (musim panas Amerika):

- Pra-pasar: 19.00 WIB (volume mulai masuk)
- Bursa saham NY buka: 20.30 WIB
- Aktif penuh: 20.30–04.00 WIB
- Jeda makan NY: 00.00–01.00 WIB
- Tutup: 04.00 WIB

November–Maret: geser +1 jam (buka 21.30, tutup 05.00 WIB).

Sub-jendela	WIB (musim panas)	Karakter
Pra-pasar	19.00–20.30	Comex aktif; NFP/CPI rilis ~19.30
Jam buka	20.30–21.30	Bursa NY buka; volatilitas puncak
Awal NY	21.30–22.30	Kelanjutan atau pembalikan London (masih overlap)
Akhir NY	22.30–02.00	London tutup (~23.00), NY sendiri
Zona mati	02.00–04.00	Likuiditas jatuh, rentang sempit

Volatilitas berita dan momentum searah

NFP, CPI, GDP, dan PPI rilis 19.30 WIB musim panas (20.30 musim dingin) — sekitar satu jam sebelum bursa NY buka. Beberapa data lain bisa 20.30 WIB. FOMC dan pidato Fed sering 01.00–02.00 WIB.

Saat berita berdampak tinggi:

- Lonjakan \$30–\$100 dalam lima menit normal
- Arah menit pertama sering palsu
- Spread melebar 5–10 kali lipat

Aturan: tidak masuk 5–15 menit sebelum berita. Tunggu 15–30 menit setelah rilis untuk arah benar terbentuk.

Tanpa berita besar, NY punya karakter momentum: arah London–NY yang naik sering berlanjut \$30–\$50; arah turun sering berlanjut ke bawah. Hari tren NY adalah jam paling menguntungkan bagi pengikut tren.

Sebaliknya, NY sering jadi titik pembalikan: emas naik sepanjang hari lalu ambil untung di NY; atau turun sepanjang hari lalu memulih. Pembalikan NY cenderung meninggalkan ekor panjang di titik tertinggi atau terendah harian.

Sapuan likuiditas dan zona mati

NY juga sapu likuiditas — tapi targetnya titik tertinggi atau terendah harian, atau angka bulat (\$2.650, \$2.700), bukan rentang Asia. Lebih bermakna kalau bersamaan dengan titik tertinggi atau terendah mingguan.

Jam 02.00–04.00 WIB adalah zona mati NY: volume jatuh, rentang \$3–\$10, spread melebar lagi. Banyak trader Indonesia memaksa trading di sini karena "malam ada waktu luang" — padahal probabilitas lawan mereka.

Tutup NY (04.00 WIB) praktis menutup hari perdagangan emas. Setelah itu hampir tidak ada pergerakan sampai Sydney buka 05.00 WIB.

Empat skenario New York

Hari NFP. Jam 19.30 WIB, NFP di atas perkiraan — emas turun \$35 dalam 30 detik, memulih \$20, lalu turun lagi ke arah turun sebenarnya. Posisi beli dari London kena stop loss. Langkah aman: tutup sebelum rilis, tunggu konfirmasi.

Hari tren bersih. London turun, NY lanjut turun \$30 dari \$2.680 ke \$2.650 tanpa berita — pengikut tren yang masuk setelah buka dapat \$25+.

Perangkap pembalikan. London naik \$25, NY lanjut ke \$2.670, lalu balik ke \$2.640 — semua untung London hilang.

Zona mati. Jam 02.30, rentang \$5 selama 90 menit, spread lebar — transaksi paksa hampir selalu rugi netto.

Setup yang cocok di New York

1. **Sapuan + pembalikan bukaan** — sapu titik tertinggi atau terendah London, penolakan, masuk berlawanan, SL \$8–\$12, TP 1:2.
2. **Kelanjutan tren (21.30–00.00 WIB)** — ikuti arah London–NY, masuk pullback.
3. **Arah pasca-berita** — tunggu lonjakan lewat, konfirmasi arah, masuk searah, SL di luar lonjakan.
4. **Reaksi level psikologis** — angka bulat, titik tertinggi atau terendah harian/mingguan.

Kesalahan Umum

- Memegang posisi London tanpa menyesuaikan stop loss sebelum 20.30 WIB.
- Masuk saat rilis berita — spread dan slippage seperti roulette.
- Trading zona mati 02.00–04.00 WIB karena bosan.
- Naikkan lot karena untung di London — sesi berikutnya independen.
- Tidur dengan posisi terbuka tanpa trailing stop aman.

Aturan praktis

1. Tinjau semua posisi sebelum 20.00 WIB — sesuaikan stop loss atau tutup sebagian.
2. Cek kalender: NFP, CPI, FOMC, GDP; tunda transaksi saat rilis.
3. Jendela emas: 19.00–22.30 WIB (overlap London–NY); puncak setelah buka NY 20.30 WIB. Zona mati: 02.00–04.00 WIB.
4. Stop loss \$8–\$15 normal; hari berita \$15–\$25.
5. Maksimum 2–3 transaksi per malam.
6. Tutup layar 00.00 WIB kecuali setup spesifik layak.

POIN KUNCI

- NY: rentang \$20–\$50, volatilitas didorong berita, spread melebar drastis saat rilis data AS.
- Comex dan data ekonomi AS membuat sesi ini paling brutal dan paling menguntungkan.
- Overlap 19.00–22.30 WIB paling layak; puncak setelah buka NY 20.30 WIB; 02.00–04.00 WIB layak dihindari.
- Posisi London wajib ditinjau sebelum buka NY — pembalikan sering terjadi.
- November–Maret: geser +1 jam semua jam NY.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah cek kalender berita AS hari ini (NFP/CPI/FOMC)
- ☐ Saya sudah tandai London high dan London low
- ☐ Posisi London sudah saya tinjau sebelum 20.00 WIB
- ☐ Saya tidak akan masuk 5 menit sebelum berita berdampak tinggi
- ☐ Stop loss saya \$8–\$15 (lebar di hari berita)
- ☐ Saya tahu pergeseran +1 jam November–Maret
- ☐ Saya punya aturan tutup layar sebelum 00.00 WIB

LATIHAN

Latihan 1 — Peta berita vs pergerakan. Lima hari dengan rilis data AS, catat pergerakan emas 19.30–20.00 WIB. Bandingkan dengan lima hari tanpa berita. Berapa kali arah menit pertama berbeda dari arah 30 menit kemudian?

Latihan 2 — Biaya di jam berita. Pada hari CPI atau NFP, catat spread 5 menit sebelum, saat, dan 15 menit setelah rilis. Hitung biaya masuk vs pergerakan 15 menit pertama — kapan rasio biaya/pergerakan paling buruk?

Latihan 3 — Tinjauan pra-NY. Tiga hari berturut-turut, jam 19.45 WIB tulis: posisi terbuka, arah London, rencana penyesuaian. Catat apa yang terjadi 19.30–22.00 WIB. Apakah tinjauan pra-NY menyelamatkan dari pembalikan?

BAB 5.4

OVERLAP LONDON–NEW YORK: JAM PALING AKTIF

Kalau kamu hanya punya satu jendela per hari, ambil overlap London–New York. Di sini likuiditas global tertinggi: London belum tutup, New York baru buka, pembuat pasar dari dua benua bersaing sehingga spread sering paling sempit (\$0,15–0,20). Rentang pergerakan terkonsentrasi: \$10–\$25 dalam 2,5 jam — sering 60–70% rentang harian. Arah cenderung lebih jelas karena momentum London dapat dorongan likuiditas AS. Tapi konsentrasi volatilitas juga berarti risiko terkumpul di jendela singkat.

Jam overlap (WIB)

Tiga overlap alami dalam 24 jam:

Overlap	WIB (musim panas)	WIB (Nov–Mar)	Layak?
Asia–London	14.00–15.00	15.00–16.00	Kecil — sapuan bukaan
London–NY	19.00–22.30	20.00–23.30	Ya — terbaik
NY–Sydney	04.00–05.00	05.00–06.00	Tidak — likuiditas jatuh

Fokus bab ini: overlap London–NY. November–Maret: geser +1 jam.

Catatan: NFP dan CPI rilis 19.30 WIB musim panas (20.30 Nov–Mar); jatuh di awal overlap. Bursa NY buka 20.30 WIB (21.30 Nov–Mar).

Likuiditas puncak dan arah yang lebih jelas

Volume emas global naik 2–3 kali lipat saat kedua sesi bersamaan. Order institusional dari Eropa dan Amerika bertemu — fill cepat, slippage minimal, spread kompetitif.

Dengan berita AS: arah sering terbentuk 15–30 menit pasca-rilis, momentum berlanjut 1–3 jam. Tanpa berita: tren mid-London sering dipercepat oleh likuiditas NY segar. Pembalikan tren lama juga kerap dimulai di awal overlap — terutama setelah London sudah bergerak \$30+ sepanjang siang.

Jam 19.30 WIB kadang rilis dua data sekaligus (NFP + tingkat pengangguran, CPI + core CPI) — swing \$50–\$100 mungkin.

Menjelang tutup London (23.00 WIB), trader Eropa menutup posisi — bisa muncul gerakan lawan sementara sebelum tren lanjut. Bukan sinyal balik, sering hanya penyesuaian buku.

Setelah London tutup, arah yang terbentuk di overlap biasanya berlanjut sampai 00.00–01.00 WIB, lalu fade.

Empat skenario overlap

Hari NFP. London netral \$2.670–\$2.680. Jam 19.30 NFP hawkish — turun \$40, memulih, lalu turun ke \$2.620. Posisi jual setelah konfirmasi jam 21.00 dapat \$30+.

Kelanjutan tren bersih. London naik \$20 siang hari, konsolidasi \$2.658– \$2.662, breakout \$2.665 saat NY buka, tutup overlap di \$2.682 — \$22 lanjutan.

Perangkap pembalikan. London naik \$35, NY push ke \$2.678, lalu balik ke \$2.650 — institusi mengambil untung.

Hari FOMC. Konsolidasi sepanjang hari, whipsaw \$35 saat Powell bicara, arah settle setelah 30 menit — butuh disiplin menunggu.

Setup yang cocok di overlap

1. **Arah pasca-berita** — tunggu lonjakan, konfirmasi, masuk searah, SL di luar lonjakan, TP 1:2–1:3.
2. **Percepatan tren London** — entry breakout konsolidasi pra-NY, TP sebelum tutup London.
3. **Pembalikan setelah pergerakan panjang** — London sudah \$40+, sapu high/low harian, penolakan, harga kembali ke tengah rentang.

Kesalahan Umum

- Masuk tepat saat rilis berita — roulette spread + slippage.
- Memegang posisi London tanpa menyesuaikan stop loss sebelum overlap.
- FOMO mengejar setelah lonjakan \$30 — arah sering balik.
- Serakah menahan posisi melewati tutup London (23.00 WIB) — momentum fade.
- Overtrading — 5–7 entry karena "rasanya enak" di overlap.

Aturan praktis

1. Jendela utama: 19.00–22.30 WIB (20.00–23.30 Nov–Mar).
2. Blackout berita: 5 menit sebelum sampai 15 menit setelah rilis berdampak tinggi.
3. Maksimum 2–3 transaksi per overlap.
4. Kurangi lot 50% di hari NFP/FOMC.
5. Kunci sebagian untung sebelum 22.30 WIB.

POIN KUNCI

- Overlap: likuiditas tertinggi, spread terendah, rentang \$10–\$25 terkonsentrasi.
- 60–70% pergerakan harian sering terjadi di 2,5 jam ini.
- Rilis data AS jatuh di tengah overlap — disiplin pra/pasca-berita wajib.
- Tutup London (23.00 WIB) sering bawa whipsaw singkat, bukan sinyal balik.
- November–Maret: geser +1 jam.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu jendela overlap 19.00–22.30 WIB (+1 jam Nov–Mar)
- ☐ Saya sudah cek kalender berita AS sore ini
- ☐ London high/low sudah ditandai; posisi London sudah disesuaikan
- ☐ Saya tidak masuk 5 menit sebelum berita berdampak tinggi
- ☐ Maksimum 2–3 transaksi malam ini
- ☐ Saya punya rencana kunci untung sebelum 22.30 WIB
- ☐ Lot saya dikurangi kalau hari NFP/FOMC

LATIHAN

Latihan 1 — Proporsi harian. Lima hari Kerja, ukur rentang 19.00–22.30 WIB vs rentang total harian. Berapa persen pergerakan harian terjadi di overlap?

Latihan 2 — Spread vs sesi. Catat spread di tiga jam: 09.00 (Asia), 15.00 (London), 20.00 (overlap). Bandingkan — apakah overlap benar-benar paling sempit?

Latihan 3 — Simulasi pasca-berita. Di hari rilis CPI/NFP demo, tunggu 15 menit setelah rilis, masuk searah konfirmasi dengan SL di luar lonjakan. Catat tiga percobaan.

BAB 5.5

PERILAKU VOLATILITAS PER SESI

Volatilitas bukan musuh — volatilitas adalah informasi. Ia menentukan stop loss wajar, target realistis, ukuran lot, dan setup mana yang sah di jam itu. Trader yang pakai SL \$3 di London buka kena stop hunt; yang pakai SL \$8 di Asia dapat rasio buruk; yang tetap lot 0,10 di hari NFP bisa habiskan modal. Bab ini memberi profil volatilitas per sesi supaya kamu kalibrasi strategi, bukan memaksakan strategi yang sama sepanjang hari.

Profil volatilitas emas per sesi

Pengukuran: rentang harga emas per sesi, dalam dolar per ons. Angka gambaran umum — volatilitas aktual bervariasi tiap hari.

Sesi	Jam WIB (musim panas)	Rentang tipikal	Spread tipikal
Asia	07.00–14.00	\$5–\$12	\$0,20–0,35 (relatif lebar)
London	14.00–23.00	\$15–\$40	\$0,15–0,25
New York	20.30–04.00	\$20–\$50	\$0,15–0,30 (meledak saat berita)
Overlap London–NY	19.00–22.30	\$10–\$25 terkonsentrasi	\$0,15–0,20 (tersempit)
Zona mati NY	02.00–04.00	\$3–\$10	\$0,40+ (sering melebar)

November–Maret: geser jam London dan NY +1 jam.

Rentang harian total emas: \$15–\$40. Overlap sering menyumbang 60–70% dari total itu dalam 2,5 jam.

Lima karakter volatilitas

Asia — terkompresi. Energi menumpuk tanpa meledak. Strategi kembali ke tengah berhasil; breakout gagal lebih dari 70%. SL \$1,50–\$3,00; TP \$5–\$12.

London — dua fase. Bukaan (14.00–15.00): tidak terprediksi, sapuan berat. Tengah (15.00–18.00): momentum searah, ramah trend. SL \$5–\$8; bukaan volatil \$8–\$12.

New York — magnifikasi berita. Tanpa berita mirip London. Dengan berita 3–5 kali lebih besar. SL \$8–\$15 normal; hari berita \$15–\$25.

Overlap — sinkronisasi puncak. Volatilitas per jam tertinggi. Untung terbesar per menit, risiko terkonsentrasi. Lot ketat: 1–2% maksimum.

Zona mati — jebakan. Terlihat tenang, spread melebar, slippage tinggi, stop hunt kecil tetap ada. Lewati untuk trading aktif.

Kalibrasi strategi per sesi

Asia — strategi rentang

- Setup: pantulan batas rentang, kembali ke tengah
- SL: \$1,50–\$3,00
- TP: \$5–\$12 (sisi berlawanan rentang)
- Rasio: 1:1 sampai 1:1,5
- Risiko: $\leq 1\%$ per transaksi
- Frekuensi: 1–2 entry per sesi

London — sapuan dan tren

- Setup: sapuan + pembalikan bukaan; kelanjutan tren setelah 15.00
- SL: \$5–\$8 (bukaan \$8–\$12)
- TP: \$15–\$30 (rasio 1:2–1:3)
- Risiko: $\leq 2\%$ (kurangi di bukaan)
- Frekuensi: 2–3 entry per sesi

New York — momentum dan pasca-berita

- Setup: kelanjutan tren; arah setelah rilis data
- SL: \$8–\$15 normal; \$15–\$25 hari berita
- TP: \$20–\$40 normal; \$50–\$80 hari berita
- Risiko: $\leq 2\%$ normal; $\leq 1\%$ hari berita
- Frekuensi: 2–3 entry per malam

Overlap — terkonsentrasi

- Setup: pasca-berita, percepatan tren, sapuan + pembalikan
- SL: \$8–\$15
- TP: \$20–\$40
- Risiko: $\leq 1,5\%$
- Frekuensi: maksimum 2–3 entry

Zona mati — tidak trading

- Lewati kecuali setup layak dengan konfluensi multi-rentang waktu
- Kalau terpaksa: risiko $\leq 0,5\%$, TP konservatif 1:1,5

Indikator yang membantu

ATR (Average True Range) periode 14 di M15 untuk intra-sesi, H1 untuk harian. Aturan: $SL \approx 1,5 \times ATR$ M15 sesi tersebut.

Pelacak rentang harian: di bawah \$20 berarti hari sepi; \$20–\$40 normal; \$40–\$80 tinggi (biasanya berita); di atas \$80 ekstrem.

Referensi rentang Asia: di atas \$12 menandakan hari volatil; di bawah \$5 London meledak kemungkinan besar.

Kalender berita: cek pagi — NFP, CPI, FOMC, ECB. Kepadatan berita tinggi: sesuaikan SL dan lot sebelum sesi mulai.

Kesalahan Umum

- SL sama lintas sesi — \$8 di Asia rugi rasio; \$3 di London kena stop hunt.
- Strategi rentang Asia dipakai di London — breakout London menghancurkan kembali ke tengah.
- Lot flat lintas sesi — 0,10 lot OK di Asia, terlalu besar di hari NFP.
- Lewati cek ATR sebelum sesi — TP terlalu jauh atau terlalu dekat.
- Trading lanjutan setelah rentang harian sudah habis — jam 22.00 WIB sudah \$60, lanjutan statistik rendah.

Aturan praktis

1. SL setara $1,5 \times ATR$ M15 sesi tersebut; update tiap sesi.
2. Lot dari rumus risiko, bukan angka tetap.
3. Lewati sesi kalau ATR di bawah 50% normal sesi itu.
4. Kurangi lot 50% kalau ATR di atas 200% normal (hari berita).
5. Cek rentang harian berjalan sebelum NY — kalau sudah di atas rata-rata, kurangi ekspektasi kelanjutan.

POIN KUNCI

- Volatilitas berbeda tiap sesi — SL, TP, lot, dan setup harus menyesuaikan.
- Asia terkompresi (\$5–\$12); London meledak (\$15–\$40); overlap terkonsentrasi (\$10–\$25); zona mati jebakan (\$3–\$10).
- $ATR\ M15 \times 1,5$ adalah patokan stop loss intra-sesi.
- Strategi rentang untuk Asia; momentum untuk London–NY; lewati zona mati.
- Rentang Asia pagi memprediksi karakter London sore.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah cek ATR M15 untuk sesi yang akan saya trading
- ☐ Stop loss saya setara $1,5 \times$ ATR M15 sesi ini
- ☐ Lot saya dihitung dari rumus risiko, bukan angka tetap
- ☐ Saya sudah catat rentang Asia pagi ini
- ☐ Saya sudah cek kalender berita dan sesuaikan lot kalau perlu
- ☐ Saya tahu rentang harian berjalan sebelum masuk NY
- ☐ Saya tidak memaksa strategi rentang di sesi momentum

LATIHAN

Latihan 1 — Tabel volatilitas pribadi. Lima hari, catat rentang per sesi (Asia, London, overlap, zona mati 02.00–04.00). Bandingkan dengan tabel bab ini — sesi mana di brokermu yang paling konsisten?

Latihan 2 — SL dari ATR. Sebelum tiga sesi berbeda, catat ATR M15, hitung $SL = 1,5 \times ATR$. Bandingkan dengan SL yang biasa kamu pakai — mana yang lebih jarang kena stop hunt palsu?

Latihan 3 — Lot adaptif. Modal \$500, risiko 2%. Hitung lot untuk SL \$2 (Asia), \$6 (London), \$12 (NY berita). Tulis angka di jurnal — jangan trading dulu, cukup biasakan perbedaannya.

BAB 5.6

JAM TERBAIK DAN CARA MENGHINDARI PASAR MATI

Emas diperdagangkan hampir 24 jam sehari, lima hari seminggu. Itu sering dibaca sebagai kabar baik: kapan pun kamu punya waktu, pasar terbuka.

Kenyataannya lebih sempit. Dari 24 jam itu, hanya sekitar **enam jam** yang pergerakannya cukup besar untuk membayar biaya masuk, dan sekitar delapan jam yang praktis tidak layak disentuh sama sekali. Bab ini membedakan keduanya, dan menjelaskan kenapa perbedaannya penting justru karena spread tidak ikut mengecil saat pergerakan mengecil.

Kenapa jam salah lebih mahal daripada arah salah

Biaya masuk satu posisi tetap sepanjang hari — bahkan naik di jam-jam paling sepi. Yang berubah adalah jarak yang bisa harga tempuh.

Ambil spread \$0,30 dan posisi 0,10 lot, jadi biaya masuknya \$3.

Jam layak	: harga bergerak \$10 dalam satu jam biaya \$3 = 30% dari satu pergerakan penuh
Pasar mati	: harga bergerak \$2 dalam satu jam biaya \$3 = 150% dari satu pergerakan penuh

Baris kedua bukan "peluangnya lebih kecil". Baris kedua berarti **arah yang benar pun tetap merugi**, karena seluruh pergerakan yang tersedia lebih kecil daripada biaya masuknya.

Ini yang membuat jam sepi berbahaya dengan cara yang tidak kelihatan: kamu tidak kalah karena analisis salah. Kamu kalah karena tidak ada cukup ruang untuk menang.

Dan ada satu hal lagi. Di jam sepi, harga tidak diam — ia bergerak sedikit ke sana ke mari tanpa arah. Pergerakan tanpa arah itu memberi banyak sinyal palsu, karena setiap pola yang kamu kenali terbentuk dari pergerakan yang terlalu kecil untuk berarti apa pun. Kamu masuk lebih sering, dengan hasil lebih buruk.

Peta 24 jam

Semua jam dalam WIB (UTC+7). Tambah satu jam untuk kolom London dan New York pada periode November–Maret, saat Eropa dan Amerika keluar dari waktu musim panas — pergeseran ini nyata dan sering membuat orang salah menunggu.

Jam WIB	Yang sedang terjadi	Layak?
04.00–07.00	New York tutup, Asia belum buka	Tidak
07.00–13.00	Sesi Asia	Terbatas
13.00–14.00	Asia melemah, London belum masuk	Tidak

14.00–17.00	London buka	Ya
17.00–19.00	Siang London, jeda makan	Terbatas
19.00–22.30	London dan New York bersamaan	Ya — terbaik
22.30–01.00	London tutup, New York jalan sendiri	Terbatas
01.00–04.00	New York melemah	Tidak

Dua baris bercetak tebal adalah enam setengah jam yang jadi inti bab ini.

14.00–17.00 — London buka. Volume masuk sekaligus karena pusat perdagangan emas fisik terbesar dunia mulai bekerja. Arah yang terbentuk di jam ini sering bertahan sampai malam.

19.00–22.30 — dua sesi bersamaan. Ini jam dengan pergerakan terbesar, karena London belum tutup ketika New York buka. Sebagian besar data ekonomi Amerika juga keluar di awal jendela ini, sekitar 19.30–20.30 WIB (20.30–21.30 saat musim dingin AS), yang menambah dorongan.

Untuk sebagian besar orang di Indonesia, jendela kedua ini justru paling mudah dijangkau: ia jatuh di malam hari, setelah jam kerja. Kalau kamu hanya punya waktu untuk satu jendela, ambil yang ini.

Sesi Asia: kenapa "terbatas", bukan "tidak"

Sesi Asia (07.00–13.00 WIB) berada di tengah: terlalu sepi untuk mengejar pergerakan, tapi tidak sesepi pasar mati.

Yang membuatnya berbeda dari pasar mati adalah **pergerakannya punya sifat yang bisa diandalkan**: harga cenderung bergerak dalam rentang sempit dan kembali ke tengah, bukan menembus dan berlanjut. Bab tentang setup per sesi membahas cara memanfaatkan sifat ini.

Untuk sekarang, tiga hal yang perlu dikunci:

- Rentangnya sempit, jadi stop loss juga harus lebih sempit — dan stop loss lebih sempit berarti lot lebih kecil untuk risiko rupiah yang sama, bukan lebih besar.
- Penembusan rentang di sesi Asia sering gagal. Bab tentang tembusan palsu menjelaskan alasannya.
- Rentang tertinggi dan terendah sesi Asia berguna bahkan kalau kamu tidak trading di dalamnya, karena batas-batasnya sering diuji saat London buka.

Pasar mati: tanda pengenalan dan aturannya

Tiga jendela di tabel ditandai "tidak": 04.00–07.00, 13.00–14.00, dan 01.00–04.00. Tanda pengenalnya bisa kamu periksa langsung di platform, tanpa menghafal jam:

- Satu batang H1 tingginya kurang dari \$2 selama beberapa batang berurutan
- Spread lebih lebar daripada biasanya (cek kolom di Market Watch)
- Batang punya banyak ekor panjang dengan badan kecil
- Harga kembali ke tempat yang sama berulang kali tanpa berlanjut

Kalau tiga dari empat tanda ini ada, aturannya satu kalimat: **tidak membuka posisi baru**. Bukan "berhati-hati", bukan "kurangi lot" — tidak membuka.

Alasannya sudah ada di hitungan di awal bab: pada pergerakan \$2 per jam, tidak ada ukuran lot yang membuat spread jadi masuk akal. Mengecilkan lot mengecilkan biaya dan potensi keuntungan dengan proporsi yang sama, jadi perbandingannya tidak berubah sama sekali.

Ada dua pengecualian, dan keduanya bukan membuka posisi baru:

- **Posisi yang sudah terbuka boleh tetap dipegang**, kalau memang rencananya menembus jendela sepi. Yang dilarang adalah masuk baru.
- **Order tertunda boleh dipasang** untuk jam layak berikutnya, karena eksekusinya terjadi saat pasar sudah bergerak. Bab tentang jenis order menjelaskan caranya.

Hari, bukan hanya jam

Hari dalam seminggu juga punya sifat, dan dua ujungnya perlu diperlakukan berbeda.

Hari	Sifat	Catatan
Senin	Lambat sampai London buka	Sesi Asia Senin sering paling sepi dalam seminggu
Selasa–Kamis	Paling normal	Jendela layak berlaku seperti di tabel
Jumat	Normal sampai sore	Setelah 22.00 WIB, likuiditas menipis karena posisi ditutup untuk akhir pekan

Dua aturan yang mengikuti dari tabel itu:

- **Jangan mengejar pergerakan Jumat malam**. Setelah 22.00 WIB, harga bisa bergerak jauh dengan volume kecil, dan pergerakan seperti itu sering dibatalkan saat pasar buka lagi Senin.
- **Hati-hati membawa posisi lewat akhir pekan**. Harga Senin bisa buka jauh dari harga Jumat tutup, dan stop loss-mu tidak bisa melindungi jarak itu. Bab tentang jenis order menjelaskan mekanismenya.

Selain itu ada hari-hari yang tidak bisa dibaca dari kalender mingguan: hari rapat bank sentral, hari rilis data besar, dan hari libur bursa Amerika atau Inggris. Dua yang pertama dibahas di BAGIAN 6. Yang ketiga sederhana — pada hari libur, jam layak tetap sepi karena setengah pesertanya tidak hadir.

Kalau jamnya tidak cocok dengan hidupmu

Ini masalah nyata, dan jawabannya bukan memaksakan diri trading di jam mati.

Waktu luangmu	Yang bisa dikerjakan
Malam (19.00–22.30)	Jendela terbaik. Tidak perlu penyesuaian apa pun

Sore (14.00–17.00)	Jendela London. Juga bagus
Pagi (07.00–12.00)	Sesi Asia dengan setup rentang, lot lebih kecil, target lebih dekat
Hanya dini hari	Pindah ke swing trading: pasang order tertunda, tahan sehari-hari
Tidak ada waktu tetap	Swing trading atau tunggu sampai keadaannya berubah

Baris keempat dan kelima layak dipertimbangkan serius. Swing trading — memegang posisi beberapa hari dengan stop loss lebih lebar — tidak menuntutmu hadir di jam tertentu. Ia menuntut hal lain: stop loss \$10–25, yang berarti modal minimum lebih besar. Tabel modal minimum di bab position sizing memberi angkanya.

Yang tidak boleh dilakukan adalah menyesuaikan pasar dengan jadwalmu. Pasar tidak bergerak lebih banyak karena kamu sedang punya waktu.

POIN KUNCI

- Dari 24 jam, hanya sekitar enam setengah jam yang layak: 14.00–17.00 dan 19.00–22.30 WIB.
- Tambah satu jam pada dua jendela itu selama November–Maret.
- Jendela 19.00–22.30 WIB paling besar pergerakannya, dan paling terjangkau untuk jadwal Indonesia.
- Spread tidak mengecil saat pergerakan mengecil. Di pasar mati, biaya masuk bisa melebihi seluruh pergerakan yang tersedia.
- Mengecilkan lot tidak menyelamatkan jam sepi, karena biaya dan potensi keuntungan mengecil sama banyak.
- Tiga jendela mati: 04.00–07.00, 13.00–14.00, 01.00–04.00 WIB.
- Empat tanda pasar mati: batang H1 di bawah \$2, spread melebar, banyak ekor panjang, harga kembali ke titik yang sama.
- Sesi Asia bukan pasar mati — sifatnya rentang, dan batasnya berguna untuk sesi London.
- Jumat setelah 22.00 WIB: jangan mengejar pergerakan.
- Kalau jam layak tidak cocok dengan hidupmu, pindah ke swing trading, jangan paksakan trading di jam mati.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu dua jendela layak dalam WIB
- ☐ Saya tahu pergeseran satu jam pada November–Maret
- ☐ Saya bisa mengenali empat tanda pasar mati di platform
- ☐ Saya tidak membuka posisi baru saat tanda itu muncul
- ☐ Saya tahu perbedaan sifat sesi Asia dan pasar mati
- ☐ Saya punya aturan sendiri untuk Jumat malam
- ☐ Jam trading saya cocok dengan waktu luang saya yang sebenarnya

LATIHAN

Latihan 1 — Ukur sendiri, jangan percaya tabel. Angka di bab ini gambaran umum; pasar berubah dari bulan ke bulan. Buka grafik H1, dan selama lima hari perdagangan catat tinggi batang (harga tertinggi dikurangi terendah) untuk delapan jam ini:

Jam WIB	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 4	Hari 5	Rata-rata
05.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
09.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
13.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
15.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
18.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
20.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
23.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____
02.00	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____	\$_____

Lalu jawab: jam mana yang rata-ratanya kurang dari tiga kali biaya masuk posisimu? Itu daftar jam yang kamu lewati, dihitung dari brokermu sendiri.

Latihan 2 — Biaya masuk sebagai porsi pergerakan. Isi dengan angka brokermu:

Spread emas di jam 20.00 : \$_____

Spread emas di jam 05.00 : \$_____

Ukuran lot biasa saya : _____

Biaya masuk jam 20.00 : \$_____

Biaya masuk jam 05.00 : \$_____

Rata-rata pergerakan jam 20.00 : \$_____ → biaya = ____% pergerakan

Rata-rata pergerakan jam 05.00 : \$_____ → biaya = ____% pergerakan

Kalau baris terakhir melewati 100%, kamu baru membuktikan sendiri kenapa jam itu tidak layak.

Latihan 3 — Jadwal jujur. Tulis jam yang benar-benar bisa kamu pakai untuk melihat grafik tanpa mengganggu pekerjaan atau tidur, lima hari ke depan. Bandingkan dengan tabel jendela layak. Kalau tidak ada yang bertemu, tulis satu kalimat: gaya trading mana yang cocok dengan jadwal itu, dan berapa modal minimum yang dibutuhkan.

BAB 5.7

SETUP PER SESI: ASIA, LONDON, NEW YORK

BAGIAN 5 Bab 1–5.5 menjelaskan karakter tiap sesi. Bab ini memberi **satu setup utama** per sesi — bukan tiga daftar yang bisa ditukar. Asia untuk penembak rentang, London untuk sapuan bukaan, New York untuk kelanjutan tren. Masing-masing punya langkah, filter, dan angka stop loss berbeda. Jangan pakai setup London di Asia, atau setup Asia di overlap.

Semua jam dalam WIB. Maret–November: jam seperti di bawah. November–Maret: geser +1 jam untuk London dan New York.

Setup Asia: penembak rentang

Kapan: 09.00–13.00 WIB, setelah rentang terbentuk minimal empat batang H1.

Kondisi pasar: emas terikat rentang \$5–\$12; spread relatif lebar; tidak ada berita Asia berdampak tinggi.

Langkah:

1. Tunggu rentang terbentuk — catat Asia high dan Asia low.
2. Tunggu penembusan palsu ke salah satu sisi (sapuan likuiditas).
3. Masuk pembalikan setelah lilin ditutup kembali **di dalam** rentang.
4. Stop loss \$2,00 di luar ekor penembusan palsu.
5. Take profit di sisi berlawanan rentang (rasio 1:1,5–1:2).

Filter — lewati kalau:

- Rentang belum terbentuk (kurang dari empat batang H1).
- Asia trending kuat, bukan menyamping.
- Rentang di bawah \$5 (terlalu sempit, spread dominan).
- BoJ atau berita China berdampak tinggi dalam 60 menit.

Contoh: rentang \$2.040–\$2.050 selama 6 jam. Jam 12.00 penembusan ke \$2.052, lilin berikutnya ditutup di \$2.049. Sell di \$2.049, SL \$2.054, TP \$2.041.

Setup ini muncul 1–2 kali per minggu. Memaksakan entry hanya menukar spread.

Setup London: sapuan bukaan

Kapan: 14.30–16.00 WIB — **setelah** 30 menit pertama bukaan (14.00–14.30).

Kondisi pasar: Asia high/low sudah ditandai; bukaan London sapu salah satu sisi; lilin penolakan terbentuk.

Langkah:

1. Sebelum 14.00 WIB: tandai Asia high dan Asia low.
2. Amati sapuan — Asia high, Asia low, atau keduanya berurutan.
3. Tunggu penolakan (pin bar, engulfing) di area sapuan.
4. Masuk **berlawanan** arah sapuan.
5. Stop loss \$5–\$7 di luar ekor sapuan.
6. Take profit minimal 1:2 (\$10–\$14).

Filter — lewati kalau:

- Belum ada sapuan jelas.
- Tidak ada lilin penolakan.
- Berita ECB/BoE berdampak tinggi dalam 60 menit.
- Gap bukaan lebih dari \$10 dari tutup Asia.

Contoh: Asia high \$2.055, low \$2.048. Jam 14.15 harga menyapu ke \$2.057, penolakan bearish ditutup di \$2.053. Sell \$2.053, SL \$2.059, TP \$2.041 (RR 1:2).

Sapuan	Aksi
Asia high → penolakan turun	Sell
Asia low → penolakan naik	Buy
Tembus dan ditutup di luar rentang	Tunggu uji ulang, bukan kejar

Stop entry baru setelah 16.00 WIB — jendela sapuan London sudah tutup.

Setup New York: kelanjutan tren

Kapan: 20.45–22.30 WIB — setelah buka NY (20.30) dan **tanpa** rilis berita di jendela 30 menit pertama.

Kondisi pasar: London sudah menetapkan arah (naik/turun); konsolidasi 1–3 batang H1 sebelum NY; spread normal.

Langkah:

1. Identifikasi arah tren London (naik/turun — bukan menyamping).
2. Tandai batas konsolidasi pra-NY (titik tertinggi/terendah 1–3 batang H1 terakhir).
3. Tunggu breakout konsolidasi **searah** tren London setelah 20.30 WIB.
4. Masuk setelah lilin ditutup di luar konsolidasi.
5. Stop loss \$6–\$8 di sisi berlawanan konsolidasi.
6. Take profit minimal 1:1,5; tahan posisi sampai momentum lemah atau 22.30 WIB.

Filter — lewati kalau:

- Berita berdampak tinggi dalam 30 menit (NFP, CPI, FOMC).
- London menyamping tanpa arah.
- Spread melebar lebih dari 50% normal.
- Konsolidasi terlalu sempit (di bawah \$3).

Contoh: London naik dari \$2.040 ke \$2.058. Konsolidasi \$2.055–\$2.058. Jam 20.45 lilin ditutup di \$2.060. Buy \$2.060, SL \$2.054, TP \$2.069 (RR 1:1,5).

Setup ini untuk pengikut tren — bukan pembalikan. Kalau London sudah bergerak \$40+ sepanjang siang, pertimbangkan lewati (risiko pembalikan overlap).

POIN KUNCI

- Satu setup per sesi: Asia penembak rentang; London sapuan bukaan; NY kelanjutan tren.
- Asia butuh sabar (1–2 setup/minggu); London butuh tunggu 30 menit bukaan; NY butuh arah London jelas.
- Stop loss berbeda: Asia \$2; London \$5–\$7; NY \$6–\$8.
- Filter berita wajib — ketiga setup tidak sah saat rilis data berdampak tinggi.
- November–Maret: geser +1 jam semua jam London/NY.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu setup mana untuk sesi yang sedang berjalan
- ☐ Asia: rentang terbentuk, penembusan palsu, SL \$2
- ☐ London: Asia high/low ditandai, tunggu sapuan + penolakan, SL \$5–\$7
- ☐ NY: arah London jelas, breakout konsolidasi searah tren, SL \$6–\$8
- ☐ Saya cek kalender berita sebelum masuk
- ☐ Saya tidak memaksa setup kalau filter belum terpenuhi
- ☐ Saya tahu pergeseran +1 jam November–Maret

LATIHAN

Latihan 1 — Katalog setup Asia. Dua minggu demo, tandai setiap penembusan palsu rentang Asia (07.00–14.00 WIB). Berapa yang ditutup kembali dalam rentang? Itu kandidat setup penembak rentang.

Latihan 2 — London tanpa FOMO. Lima hari Kerja, amati 14.00–14.30 WIB tanpa masuk. Catat sapuan dan penolakan 14.30–16.00. Simulasikan entry — berapa yang mencapai TP 1:2?

Latihan 3 — NY butuh London. Tiga hari, sebelum 20.30 tulis: arah London (naik/turun/menyamping). Hanya ambil setup kelanjutan kalau arah jelas. Catat hasil vs hari menyamping — apakah filter arah London menghemat rugi?

BAGIAN 6

RILIS DATA EKONOMI DAN HARGA EMAS

7 BAB

BAB 6.1

DASAR DAMPAK BERITA PADA HARGA EMAS

Sebelum masuk ke CPI, NFP, dan FOMC, kamu perlu satu kerangka: **mengapa** rilis data menggerakkan emas, **berapa lama** efeknya, dan **mengapa arahnya kadang terbalik** dari angka yang terlihat bagus. Tanpa itu, setiap rilis terasa kejutan — padahal jadwalnya sudah dipublikasikan minggu sebelumnya.

Yang dimaksud **berita** di buku ini bukan headline politik acak. Yang relevan untuk emas:

- Data ekonomi resmi AS (dan sesekali Eropa) dengan jadwal tetap
- Pernyataan dan keputusan bank sentral (Fed, ECB)
- Kejutan geopolitik tanpa jadwal (perang, krisis)

Headline politik harian jarang menggerakkan emas sebesar tiga rilis bulanan di atas. Fokus bab ini: data terjadwal yang sudah kamu bisa lihat di kalender ekonomi.

Mengapa emas sensitif terhadap berita AS

Emas (XAUUSD) bukan mata uang biasa. Harganya ditagih dalam dolar, tapi fungsinya lebih dekat ke aset lindung nilai. Empat saluran mekanisme:

1. **Saluran dolar.** Emas dihargai dalam USD. Dolar menguat, emas cenderung turun (mekanis: ons yang sama "mahal" dalam dolar). Dolar melemah, emas cenderung naik.
2. **Saluran suku bunga.** Emas tidak membayar bunga. Suku bunga naik, biaya peluang menahan emas naik, lalu tekanan jual. Suku bunga turun, tekanan beli.
3. **Saluran inflasi dan suku bunga riil.** Suku bunga riil adalah suku bunga nominal dikurangi ekspektasi inflasi. Inflasi tinggi plus Fed hawkish menaikkan suku bunga riil, lalu emas turun. Inflasi tinggi plus Fed dovish menurunkan suku bunga riil, lalu emas naik. Data inflasi dan pekerjaan menggerakkan emas lewat jalur ini.
4. **Saluran safe haven.** Krisis, perang, ketakutan mendorong aliran dana ke emas. Data ekonomi kuat (risk-on) mendorong aliran keluar dari emas.

Efek bersih satu rilis data adalah gabungan keempat saluran. Itu sebabnya angka "bagus" bisa membuat emas turun (Fed diperkirakan hawkish) atau naik (ketakutan stagflasi).

Yang menggerakkan harga: kejutan, bukan angka absolut

Pasar sudah menyerap **perkiraan** analis sebelum angka keluar. Yang menggerakkan harga bukan "NFP tinggi", melainkan "NFP lebih tinggi dari perkiraan". Data sesuai perkiraan sering menghasilkan pergerakan kecil (\$5–\$15) atau whipsaw tanpa arah jelas.

Hierarki dampak untuk emas

Tingkat	Contoh rilis	Pergerakan khas	Durasi efek utama
---------	--------------	-----------------	-------------------

Tertinggi	FOMC, NFP, CPI, pidato Ketua Fed	\$50–\$300+	FOMC: hari-minggu; NFP/CPI: 1–6 jam
Tinggi	GDP, PPI, Ritel Sales, ISM, ECB	\$20–\$50	1–3 jam
Sedang	Jobless Claims, Consumer Confidence, PCE	\$5–\$20	30 menit–2 jam
Rendah	Data Asia/Eropa kecil	\$0–\$10	Singkat, sering mean revert

BAGIAN 6 Bab 2, Bab 3, dan Bab 4 membahas tiga rilis tertinggi secara terpisah — masing-masing punya mekanisme, ukuran lonjakan, dan durasi yang berbeda. Jangan samakan ketiganya.

Jendela waktu rilis (WIB)

Amerika memakai daylight saving time (DST). Jam rilis bergeser **satu jam** dua kali setahun:

Musim	Periode	NFP, CPI, GDP, dll.	FOMC (pernyataan)	Konferensi pers Powell
Musim panas AS	Maret–November	19.30 WIB	01.00 WIB	01.30 WIB
Musim dingin AS	November–Maret	20.30 WIB	02.00 WIB	02.30 WIB

ECB: pernyataan sekitar 19.15 WIB, konferensi pers 19.45 WIB (musim panas). Geser +1 jam saat musim dingin Eropa.

Selalu konfirmasi zona waktu di kalender ekonomi — default platform sering GMT, bukan WIB. Setiap 1 April dan 1 November, periksa ulang jadwalmu.

Empat fase reaksi emas saat rilis besar

Fase 1 — Lonjakan awal (0–5 menit). Pergerakan algoritmik, spread melebar \$3–\$15, slippage ekstrem. Arah sering salah atau overshoot. **Pemula tidak memegang posisi.**

Fase 2 — Whipsaw (5–15 menit). Lonjakan awal sering dibatalkan sebagian. Harga bolak-balik \$15–\$40. Masih berisiko tinggi.

Fase 3 — Arah mulai bertahan (15–30 menit). Spread mulai normal. Struktur harga lebih terbaca. Baru di sinilah trader berpengalaman — bukan pemula — mulai mempertimbangkan setup, dengan aturan di BAGIAN 6 Bab 6.

Fase 4 — Kelanjutan (30 menit–beberapa jam). Arah yang terbentuk sering berlanjut. Volatilitas turun, analisis teknikal biasa mulai relevan lagi.

Contoh singkat NFP: emas di \$2.670, NFP jauh di atas perkiraan. Fase 1: turun \$40 dalam 30 detik. Fase 2: naik kembali \$25, turun lagi \$20. Fase 3: settle bearish di \$2.640–\$2.645. Fase 4: grind turun ke \$2.600 dalam 2,5 jam. Total \$70 bearish — tapi trader yang masuk Fase 1 kerap rugi walau arah akhirnya benar.

Kesalahan Umum

1. **Memegang posisi tanpa tahu jadwal rilis.** Solusi: cek kalender setiap pagi (BAGIAN 6 Bab 7).
2. **Mengira angka bagus berarti emas pasti naik.** Arah bergantung pada kejutan terhadap perkiraan, bukan angka absolut.
3. **Masuk di Fase 1 karena lonjakan "terlihat jelas".** Spread dan slippage menghabiskan margin sebelum arah terbukti.
4. **Lot sama dengan hari biasa saat rilis.** Volatilitas efektif $2-3 \times$ normal. Untuk pemula, lot saat rilis harus nol.
5. **Tidak menyesuaikan jam saat pergantian DST.** NFP "19.30" di kalender GMT bisa jadi 03.30 WIB hari berikutnya kalau zona waktu salah.

POIN KUNCI

- Emas bereaksi lewat dolar, suku bunga, suku bunga riil, dan safe haven — sering sekaligus.
- Yang menggerakkan harga adalah selisih angka aktual vs perkiraan, bukan angka absolut.
- NFP/CPI/FOMC punya mekanisme, ukuran lonjakan, dan durasi berbeda — dibahas di bab masing-masing.
- Jam rilis: 19.30/20.30 WIB (NFP, CPI, data siang AS); 01.00/02.00 WIB (FOMC); geser +1 jam saat DST AS berubah.
- Empat fase reaksi: lonjakan, whipsaw, arah bertahan, kelanjutan. Pemula keluar sebelum Fase 1.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya paham emas sensitif lewat dolar, suku bunga, dan safe haven
- ☐ Saya tahu harga bereaksi terhadap kejutan, bukan angka absolut
- ☐ Saya sudah memasang zona waktu kalender ke WIB
- ☐ Saya tahu perbedaan jam musim panas vs musim dingin AS untuk NFP dan FOMC
- ☐ Saya tidak memegang posisi emas saat Fase 1 rilis besar
- ☐ Saya sudah menandai tiga rilis tier tertinggi bulan ini di kalender

LATIHAN

Latihan 1 — Petakan jadwal minggu depan. Buka kalender ekonomi (Forex Factory atau Investing.com), set zona waktu WIB, filter USD dampak tinggi. Catat semua rilis merah minggu depan:

Senin : _____ jam _____ WIB
 Selasa : _____ jam _____ WIB
 Rabu : _____ jam _____ WIB
 Kamis : _____ jam _____ WIB
 Jumat : _____ jam _____ WIB

Tandai mana tier tertinggi (FOMC/NFP/CPI/pidato Fed). Simpan di jurnal.

Latihan 2 — Ukur spread dan lonjakan tanpa posisi. Pilih satu rilis tier tinggi minggu depan. Sepuluh menit sebelum rilis, buka platform **tanpa posisi**, catat:

Spread 5 menit sebelum : \$ _____
 Spread 10 detik sesudah : \$ _____
 Harga tertinggi 60 detik : _____
 Harga terendah 60 detik : _____
 Jarak tertinggi-terendah : \$ _____
 Harga 15 menit sesudah : _____
 Arah 15 menit = arah 60 detik? Ya / Tidak

Latihan 3 — Verifikasi DST. Cek tanggal hari ini: musim panas atau musim dingin AS? Tulis jam NFP dan FOMC yang benar untuk periode ini. Set pengingat 1 April dan 1 November untuk mengecek ulang.

BAB 6.2

CPI: INDEKS HARGA KONSUMEN

CPI bukan sekadar "data inflasi". CPI adalah **sinyal langsung ke jalur suku bunga riil** — mekanisme yang paling konsisten menggerakkan emas di era modern. Bab ini fokus pada **mengapa CPI menggerakkan emas, berapa besar lonjakannya, dan berapa lama efeknya** — bukan mengulang kerangka "apa itu, kapan rilis" yang sudah ada di bab lain.

Mekanisme: dari CPI ke emas

Rantai kausalitas CPI untuk emas:

CPI aktual vs perkiraan
 → Pasar revisi ekspektasi kebijakan Fed (hawkish / dovish)
 → Perkiraan suku bunga riil berubah
 → Dolar dan yield obligasi bereaksi
 → Emas bergerak (sering berlawanan arah dolar)

Core CPI MoM (inflasi inti bulan-ke-bulan) paling reaktif — Fed memantau angka ini untuk momentum inflasi saat ini. **Headline CPI YoY** paling ramai di media, tapi pasar institusi sering merespons Core dulu.

Contoh hawkish: Core MoM 0,4% vs perkiraan 0,3%. Pasar menaikkan ekspektasi Fed tetap hawkish, dolar menguat, emas turun \$20–\$40 dalam menit pertama.

Contoh dovish: Core MoM 0,2% vs perkiraan 0,3%. Ekspektasi pemotongan suku bunga naik, dolar melemah, emas naik \$20–\$40.

CPI mixed (Core panas, Headline dingin): whipsaw \$30–\$50, pasar butuh 15–30 menit menentukan Core sebagai acuan.

Ukuran pergerakan khas

Situasi	Lonjakan 0–5 menit	Total 1 jam	Total 2–3 jam
Kejutan besar (Core $\pm 0,1\%$ dari perkiraan)	\$20–\$40	\$50–\$100	\$50–\$100
Kejutan sedang	\$10–\$25	\$30–\$60	\$30–\$70
Sesuai perkiraan	\$5–\$15 whipsaw	\$5–\$20	Sering kembali ke tengah

80% rilis CPI dengan kejutan signifikan menggerakkan emas lebih dari \$30 dalam satu jam. Kejutan ekstrem pernah \$100+ — jarang, tapi spread saat itu bisa \$10+.

Durasi efek

- **0–30 menit:** Lonjakan dan whipsaw. Spread lebar. Efek utama harga terjadi di sini.

- **30 menit–2 jam:** Arah yang terbentuk sering berlanjut \$20–\$50 lagi.
- **Sesi yang sama:** Efek CPI jarang melewati penutupan sesi New York (~05.00 WIB).
- **Hari berikutnya:** CPI biasanya sudah terserap. FOMC atau NFP berikutnya yang mengambil alih narasi.

CPI memberi efek **cepat dan terfokus**. Berbeda dari FOMC yang bisa mengatur tone beberapa hari.

Jadwal rilis

Musim panas AS (Maret–November) : 19.30 WIB
Musim dingin AS (November–Maret): 20.30 WIB
Hari : Selasa–Kamis, pertengahan bulan
Frekuensi : 1× sebulan
Sumber : Bureau of Labor Statistics (BLS)

Cek jadwal resmi di bls.gov — tanggal bisa bergeser sehari kalau jatuh hari libur.

Cara membaca angka saat rilis

Tiga perbandingan:

1. **Aktual vs perkiraan** — menentukan arah kejutan
2. **Core vs Headline** — Core menang jika saling bertentangan
3. **Aktual vs rilis sebelumnya** — menunjukkan akselerasi atau pendinginan tren

Sikap pemula saat hari CPI

BAGIAN 6 Bab 6 menjelaskan tiga cara sah. Untuk pemula dan akun di bawah \$500: **keluar total** — tutup posisi 30 menit sebelum, jangan buka sampai 30 menit sesudah, batalkan order tertunda.

Kalau kamu sudah punya 100+ transaksi tercatat dan ingin observasi: saksikan rilis tanpa posisi, catat Core MoM aktual vs perkiraan, ukur lonjakan 60 detik pertama vs harga 30 menit sesudah. Itu latihan, bukan undangan trading.

Kesalahan Umum

1. **Fokus Headline YoY, abaikan Core MoM.** Core yang menggerakkan pasar institusi.
2. **Memegang posisi untung menjelang CPI.** CPI hot bisa menghapus untung mingguan dalam 30 detik.
3. **Stop loss sempit saat hari CPI.** Whipsaw \$15–\$20 normal; SL \$3 pasti kena spread.
4. **Trading setiap CPI bulanan.** Edge statistik tidak ada di frekuensi bulanan untuk ritel. Observasi gratis; trading berbayar spread.

POIN KUNCI

- CPI menggerakkan emas lewat revisi ekspektasi Fed, suku bunga riil, lalu dolar.
- Core CPI MoM paling reaktif; Headline YoY untuk konteks tren.
- Lonjakan khas kejutan besar: \$20–\$40 awal, total \$50–\$100 dalam 1–2 jam.
- Efek CPI fokus 1–3 jam; jarang membentuk trend multi-hari sendiri.
- Rilis 19.30 WIB (musim panas AS) / 20.30 WIB (musim dingin AS).
- Pemula: keluar total 30 menit sebelum dan sesudah — lihat BAGIAN 6 Bab 6.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu Core CPI MoM adalah angka yang paling reaktif
- ☐ Saya sudah menandai tanggal CPI bulan ini di kalender (WIB + DST)
- ☐ Saya menutup posisi emas 30 menit sebelum CPI
- ☐ Saya tidak membuka posisi baru sampai 30 menit sesudah CPI
- ☐ Saya pernah menyaksikan satu CPI tanpa posisi dan mencatat lonjakannya

LATIHAN

Latihan 1 — Baca perkiraan sebelum CPI. Sehari sebelum CPI, catat dari kalender:

Perkiraan Core CPI MoM : _____ %
 Rilis sebelumnya : _____ %
 Perkiraan Headline YoY : _____ %
 Emas saat tutup sesi : \$ _____

Setelah rilis, isi angka aktual dan hitung selisihnya. Catat arah emas 15 menit sesudah.

Latihan 2 — Ukur lonjakan CPI. Saat CPI berikutnya, tanpa posisi terbuka:

Spread sebelum : \$ _____
 Spread puncak : \$ _____
 Lonjakan 60 detik : \$ _____
 Harga 30 menit sesudah : \$ _____
 Arah 60 detik = arah 30 menit? Ya / Tidak

Latihan 3 — Bandingkan CPI vs NFP. Setelah mengamati satu CPI dan satu NFP (bab 6.3), tulis satu paragraf: mana whipsaw-nya lebih parah, mana efeknya lebih lama?

BAB 6.3

NFP: DATA TENAGA KERJA AMERIKA

NFP punya reputasi paling brutal di kalender forex. Bukan karena angkanya paling penting — FOMC lebih besar — tapi karena **tiga data dirilis bersamaan** dan sering **saling bertentangan**, menghasilkan whipsaw yang lebih parah dari CPI.

Bab ini fokus mekanisme triple-release, ukuran lonjakan khas, dan durasi — bukan mengulang "Jumat pertama, jam sekian" tanpa konteks.

Mekanisme: tiga angka, satu detik

NFP bukan satu angka. Satu detik rilis, tiga data sekaligus:

1. **Non-Farm Payrolls** — pekerjaan baru sektor non-pertanian (ribuan)
2. **Tingkat pengangguran** — persentase (lebih rendah = pasar tenaga kerja kuat)
3. **Average Hourly Earnings (AHE)** — pertumbuhan upah (tekanan inflasi upah)

Pasar harus menyerap ketiganya sekaligus. Algoritma merespons headline NFP dulu (0–5 detik), lalu unemployment (5–30 detik), lalu upah (30–60 detik). Hasilnya: **whipsaw parah** — emas turun \$35 karena NFP melampaui perkiraan, naik \$40 karena tingkat pengangguran di bawah perkiraan, turun lagi karena upah dingin.

Rantai ke emas:

Kekuatan pasar tenaga kerja + tekanan upah
 → Ekspektasi Fed (hawkish jika kuat, dovish jika lemah)
 → Suku bunga riil + dolar
 → Emas

NFP menggerakkan emas lewat **ekspektasi kebijakan Fed**, sama seperti CPI — tapi sinyalnya tentang **pertumbuhan dan inflasi upah**, bukan inflasi konsumen langsung.

Ukuran pergerakan khas

Situasi	0–2 menit	5–10 menit (whipsaw)	Total 2–3 jam
Hawkish murni (ketiga data selaras)	\$30–\$50 turun	\$15–\$25 bolak-balik	\$80–\$150 bearish
Dovish murni	\$30–\$50 naik	\$15–\$25 bolak-balik	\$80–\$150 bullish
Campuran (paling umum)	\$30–\$40 satu arah	\$40–\$80 rentang	\$20–\$70, arah sering tidak jelas

Lonjakan 5–10 menit pertama NFP mixed sering **lebih parah** dari CPI karena tiga sinyal bersaing. Total pergerakan 2–3 jam bisa lebih kecil dari CPI kejutan besar — pasar "bingung" lebih lama sebelum commit.

Durasi efek

- **0–30 menit:** Whipsaw dominan. Jangan trading.
- **30 menit–2 jam:** Arah kadang baru muncul; kadang tetap choppy.
- **2–6 jam:** Trend post-NFP sering berlanjut \$30–\$50 jika hawkish/dovish murni.
- **Jumat sore – Senin:** NFP Jumat kuat bisa memengaruhi tone sesi Asia/London Senin. NFP campuran sering memudar sebelum akhir pekan.

NFP memberi efek **lebih panjang dan lebih berantai** dari CPI, tapi whipsaw awal lebih kejam.

Jadwal rilis

Hari : Jumat pertama setiap bulan
Musim panas AS : 19.30 WIB
Musim dingin AS: 20.30 WIB
Frekuensi : 12× setahun

Pengecualian jarang: minggu libur nasional AS bisa geser ke Jumat kedua.

Membaca tiga angka sekaligus

Hawkish murni: NFP di atas perkiraan, unemployment turun, upah panas — emas bearish kuat.

Dovish murni: NFP di bawah perkiraan, unemployment naik, upah dingin — emas bullish kuat.

Campuran (paling sering): NFP melampaui perkiraan tapi pengangguran di bawah perkiraan — whipsaw. Pasar butuh 15–45 menit menentukan mana yang dominan. Upah (AHE) sering jadi tiebreaker karena Fed khawatir inflasi upah.

Sikap pemula saat hari NFP

Untuk pemula: pertimbangkan **tidak trading sama sekali hari Jumat** rilis NFP — bukan hanya 30 menit window, tapi seluruh Jumat sore. Volatilitas sisa bisa berlanjut 3–6 jam.

Minimum: cara A di BAGIAN 6 Bab 6 — tutup semua posisi 30 menit sebelum (19.00 / 20.00 WIB), batalkan order tertunda, jangan buka sampai 30 menit sesudah.

Menebak arah NFP sebelum rilis adalah judi. Pasar sudah menyerap perkiraan; arah bergantung pada kejutan, bukan perasaan.

Kesalahan Umum

1. Hanya melihat headline NFP, abaikan unemployment dan upah. Whipsaw dari data kontradiktif.

2. Posisi Kamis malam masih terbuka Jumat NFP. Exposure tidak disadari.
3. Trading agresif Jumat pagi untuk "kompensasi" lewati NFP malam. Revenge pattern.
4. Stop loss \$10 saat whipsaw NFP \$50. Dijamin kena sebelum arah terbukti.
5. Mengira NFP selesai dalam 1 jam. Efek bisa 3–6 jam; Jumat volatile seharian.

POIN KUNCI

- NFP merilis tiga data bersamaan (pekerjaan, pengangguran, upah); whipsaw lebih parah dari CPI.
- Mekanisme ke emas: pasar tenaga kerja, ekspektasi Fed, suku bunga riil, lalu dolar.
- Lonjakan mixed: \$40–\$80 bolak-balik dalam 10 menit; murni: total \$80–\$150 dalam 2–3 jam.
- Efek NFP lebih panjang dari CPI (3–6 jam, kadang ke Senin).
- Rilis Jumat pertama, 19.30/20.30 WIB.
- Pemula: keluar total atau lewati Jumat NFP seluruhnya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu NFP merilis tiga angka sekaligus, bukan satu
- ☐ Saya menandai setiap Jumat pertama di kalender
- ☐ Saya menutup posisi Kamis malam jika Jumat pagi = hari NFP
- ☐ Saya menutup semua posisi 30 menit sebelum rilis NFP
- ☐ Saya pernah menyaksikan satu NFP tanpa posisi dan mencatat whipsaw-nya

LATIHAN

Latihan 1 — Catat tiga angka NFP. Saat NFP berikutnya, tanpa posisi:

Perkiraan NFP / Aktual : _____ / _____
Perkiraan unemployment : _____ / _____
Perkiraan AHE MoM : _____ / _____
Arah 10 detik pertama : naik / turun / whipsaw
Rentang 10 menit pertama : \$ _____
Harga 45 menit sesudah : \$ _____

Latihan 2 — Bandingkan spread NFP vs CPI. Ukur spread puncak dan lonjakan 60 detik di satu NFP dan satu CPI. Catat mana lebih lebar — simpan di jurnal.

Latihan 3 — Rencana Jumat NFP. Tulis rencana konkret untuk Jumat NFP berikutnya:

Posisi terakhir ditutup : jam _____ WIB
Order tertunda dibatalkan : jam _____ WIB
Observasi mulai : jam _____ WIB
Buka platform lagi : jam _____ WIB (min. 30 menit sesudah)

BAB 6.4

FOMC: RAPAT BANK SENTRAL AMERIKA

FOMC adalah penggerak tunggal terbesar emas di kalender. CPI dan NFP menggerakkan emas lewat data menuju ekspektasi Fed. FOMC **adalah** keputusan Fed — suku bunga, pernyataan kebijakan, proyeksi dot plot, dan konferensi pers Powell. Mekanisme, ukuran, dan durasinya berbeda fundamental dari CPI/NFP.

Mekanisme: tiga gelombang dalam 90 menit

Satu malam FOMC bukan satu rilis — tiga gelombang berurutan:

Gelombang 1 — Pernyataan + keputusan suku bunga (01.00 / 02.00 WIB). Suku bunga dipertahankan, dinaikkan, atau diturunkan. Teks pernyataan dibanding versi sebelumnya: frasa ditambah/dihapus mengubah nuansa hawkish/dovish. Dot plot (4× setahun: Maret, Juni, September, Desember) menunjukkan proyeksi suku bunga median anggota FOMC.

Gelombang 2 — Konferensi pers Powell (01.30 / 02.30 WIB, ~45–60 menit). Tanya jawab langsung. Satu kalimat Powell bisa menggerakkan emas \$20–\$40. Powell sering "mengoreksi" interpretasi pasar terhadap pernyataan — arah Gelombang 1 bisa terbalik total.

Gelombang 3 — Pencernaan (02.30–04.00 WIB, +1 jam saat musim dingin AS). Pasar merangkul netral hawkish atau dovish dari seluruh malam. Arah yang bertahan di sini sering membentuk tone **beberapa hari** ke depan.

01.00 WIB — pernyataan + suku bunga (+ dot plot jika ada)	[02.00 musim dingin AS]
01.30 WIB — Powell mulai bicara	[02.30 musim dingin AS]
02.30 WIB — konferensi pers selesai	[03.30 musim dingin AS]
03.00 WIB — arah netral mulai terbaca	[04.00 musim dingin AS]

Ukuran pergerakan khas

Situasi	Selama 90 menit FOMC	Net 24 jam	Rentang intra-90-menit
Suku bunga dipertahankan + pernyataan netral	\$30–\$80 whipsaw	\$20–\$50	\$40–\$80
Kejutan hawkish/dovish	\$50–\$120	\$80–\$200	\$80–\$150
Pivot besar (cut/hike tidak terduga)	\$100–\$200+	\$150–\$300+	\$150–\$300+

FOMC bisa swing \$200+ bolak-balik **selama** 90 menit — bukan net, tapi range intra-malaman. Trader yang masuk saat Powell bicara bermain roulette: 30+ swing \$15–\$30 masing-masing.

NFP tipikal total \$80–\$150. CPI kejutan besar \$50–\$100. FOMC kejutan besar \$150–\$300+ — dan efeknya **lebih tahan lama**.

Durasi efet

- **90 menit malam rilis:** Semua aksi utama.
- **24 jam sesudah:** Net arah sering bertahan \$50–\$150 dari pre-FOMC.
- **Beberapa hari-minggu:** Dot plot dan guidance mengatur ekspektasi hingga data berikutnya (CPI/NFP) atau FOMC berikutnya.

FOMC satu-satunya rilis yang rutin **menetapkan tone multi-hari**. CPI/NFP memberi update data; FOMC memberi kebijakan.

Cara membaca FOMC (bukan trading)

Keputusan suku bunga: Mempertahankan suku bunga paling umum. Kejutannya ada pada perbedaan antara keputusan yang diumumkan dan yang diperkirakan pasar.

Perubahan teks pernyataan: Frasa seperti "inflasi masih tinggi" (hawkish) vs "kemajuan signifikan" (dovish). Perbandingan dengan pernyataan sebelumnya.

Dot plot: Median proyeksi suku bunga naik = hawkish; turun = dovish.

Powell: Hawkish — "prematur memotong suku bunga", "lebih banyak pekerjaan". Dovish — "kemajuan signifikan", "siap menyesuaikan jika perlu".

Jadwal

Frekuensi : 8× setahun (kira-kira tiap 6 minggu), biasanya Rabu malam WIB
 Pernyataan: 01.00 WIB (musim panas AS) / 02.00 WIB (musim dingin AS)
 Powell : 30 menit sesudah pernyataan
 Dot plot : Maret, Juni, September, Desember

Sikap pemula: tidur, jangan trading

FOMC malam WIB (01.00–03.00) + kelelahan + whipsaw \$200 = resep blowup. BAGIAN 6 BAGIAN 6 Bab 6 cara A: tutup semua posisi Rabu 22.00 WIB, tidak trading malam FOMC, lanjut Kamis pagi.

Opsi pemula paling ketat: **lewati 24 jam** — Rabu 18.00 WIB sampai Kamis 14.00 WIB tanpa transaksi emas.

Tidak ada strategi "trading FOMC" yang aman untuk pemula. Observasi di demo boleh; posisi live malam FOMC tidak.

Trader berpengalaman yang memilih reaktif: tunggu konferensi pers selesai (02.30 / 03.30 WIB), spread normal, arah net jelas — baru pertimbangkan setup dengan stop loss \$40–\$60 dan lot 50% normal. Itu di luar lingkup pemula buku ini.

Kesalahan Umum

1. Trading live saat Powell bicara. Arah berubah setiap kalimat.
2. Posisi Rabu siang masih terbuka malam FOMC. Exposure tidak disadari.
3. Fokus keputusan suku bunga, abaikan konferensi pers. Powell sering membalik interpretasi pernyataan.
4. Stop loss \$20 saat whipsaw FOMC \$80. Spread puncak bisa \$10–\$15.
5. Revenge trading Kamis pagi setelah rugi malam FOMC. Tidur dulu, evaluasi ulang setelah istirahat.

POIN KUNCI

- FOMC punya tiga gelombang: pernyataan, Powell, pencernaan; bukan satu rilis.
- Lonjakan khas: \$100–\$300 net kejutan besar; range intra-90-menit bisa \$200+.
- Efek FOMC paling tahan lama — tone multi-hari, tidak selesai dalam 2–3 jam.
- Rilis 01.00/02.00 WIB pernyataan; Powell 30 menit sesudah.
- Pemula: tutup posisi Rabu 22.00 WIB, tidak trading malam FOMC.
- Tidak ada jalan pintas untung FOMC untuk ritel pemula.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu FOMC punya tiga gelombang, bukan satu angka
- ☐ Saya menandai 8 tanggal FOMC tahun ini (termasuk dot plot Maret/Juni/Sep/Des)
- ☐ Saya menutup semua posisi emas Rabu 22.00 WIB saat malam FOMC
- ☐ Saya tidak trading saat konferensi pers Powell
- ☐ Saya tahu jam 01.00 vs 02.00 WIB tergantung DST AS

LATIHAN

Latihan 1 — Tandai FOMC tahun ini. Dari kalender, catat 8 tanggal FOMC. Tandai mana yang ada dot plot. Set pengingat H-3 untuk tutup posisi Rabu 22.00 WIB.

Latihan 2 — Amati satu FOMC tanpa posisi. Malam FOMC berikutnya, catat:

Harga 5 menit sebelum pernyataan : \$_____
Lonjakan 5 menit sesudah pernyataan: \$_____
Harga saat Powell mulai : \$_____
Harga saat Powell selesai : \$_____
Arah pernyataan = arah akhir? Ya / Tidak
Rentang total 90 menit : \$_____

Latihan 3 — Bandingkan durasi FOMC vs CPI. Setelah mengamati satu FOMC dan satu CPI, catat harga 24 jam sesudah masing-masing. Mana efeknya masih terasa?

BAB 6.5

SPREAD DAN SLIPPAGE SAAT RILIS DATA

Sebagian besar penjelasan tentang berita berhenti di "harga bergerak cepat". Itu benar, tapi bukan bagian yang menghabiskan akun.

Yang menghabiskan akun adalah dua hal yang terjadi di detik-detik rilis dan jarang dibicarakan: **spread melebar** dan **stop loss dieksekusi jauh dari harganya**. Keduanya bekerja tanpa peduli arah tebakanmu benar atau salah, dan keduanya bisa membuat kerugian melampaui angka yang kamu rencanakan.

Spread melebar: berapa besar, dan berapa lama

Di jam normal, spread emas berkisar \$0,20–\$0,50 tergantung broker. Saat rilis data besar, angka itu tidak naik sedikit — ia bisa naik sepuluh sampai tiga puluh kali, lalu turun lagi dalam hitungan detik.

Keadaan	Spread khas	Berapa lama
Jam layak, tanpa berita	\$0,20–\$0,50	—
Menjelang rilis (5 menit sebelum)	\$0,50–\$1,50	Beberapa menit
Detik rilis	\$3–\$15	5–60 detik
Setelah reda	\$0,50–\$1,00	5–15 menit
Pembukaan Senin	\$1–\$5	Beberapa menit

Angka di baris ketiga bukan hal luar biasa; itu perilaku normal saat likuiditas hilang sesaat. Yang perlu kamu pahami adalah apa yang dilakukannya pada posisi yang sudah terbuka.

Kejutan pertama: stop loss kena tanpa harga bergerak

Ini bagian yang paling sering mengejutkan, dan penyebabnya ada di cara platform memicu stop loss.

Ingat dari BAGIAN 0 Bab 6: ada dua harga sekaligus. **Bid** untuk menjual, **ask** untuk membeli, dan selisihnya adalah spread. Posisi beli dibuka di ask, tapi **ditutup di bid** — termasuk oleh stop loss.

Sekarang lihat apa yang terjadi kalau spread melebar sementara harga tengahnya diam:

```

Sebelum rilis, spread $0,30:
  bid 2900,00 | ask 2900,30
  Kamu beli di 2900,30, stop loss dipasang di 2897,00

Detik rilis, spread melebar jadi $6,00, harga tengah TIDAK berubah:
  bid 2897,00 | ask 2903,00
                ↑
              stop loss kena di sini
  
```

Harga tengah masih 2900. Tidak ada yang menjual emas lebih murah. Tapi bid — harga yang dipakai untuk menutup posisi belimu — turun \$3 hanya karena spread melebar, dan stop loss-mu tereksekusi.

Beberapa detik kemudian spread kembali normal dan harga kembali ke 2900. Posisimu sudah tertutup dengan kerugian penuh, di pasar yang secara arah tidak bergerak sama sekali.

Ini bukan kecurangan broker. Ini konsekuensi aritmetika dari dua harga dan satu pemicu, dan ia berlaku di broker mana pun.

Konsekuensi praktisnya: **stop loss yang lebih sempit daripada spread saat rilis akan kena, hampir pasti.** Kalau spread bisa mencapai \$6 dan stop loss-mu \$3, posisi itu tidak punya peluang bertahan.

Kejutan kedua: slippage

Stop loss bukan janji harga. Ia perintah: "kalau harga menyentuh angka ini, jual di harga yang tersedia saat itu."

Di pasar normal, harga yang tersedia sangat dekat dengan angka yang kamu pasang. Saat rilis, harga bergerak melompat — dari 2900 langsung ke 2893 tanpa melewati angka di antaranya, karena tidak ada yang bersedia bertransaksi di sana. Stop loss-mu di 2897 dieksekusi di 2893.

Selisih \$4 itu **slippage**, dan ia menambah kerugian di luar rencana.

Mari hitung dampaknya pada akun kecil:

Akun	: \$1.000
Risiko rencana	: 2% = \$20
Stop loss	: \$3,00
Ukuran lot	: $\$20 \div (\$3,00 \times 100) = 0,066 \rightarrow 0,06$
Kerugian rencana	: $\$3,00 \times 0,06 \times 100 = \$18$
Slippage \$4,00	: kerugian jadi $\$7,00 \times 0,06 \times 100 = \$42$
Porsi akun	: 4,2% — lebih dari dua kali rencana

Perhatikan bahwa angka \$42 muncul dari stop loss yang kamu pasang dengan benar, ukuran lot yang kamu hitung dengan benar, dan risiko 2% yang kamu patuhi. Tidak ada kesalahan di sisimu. Slippage tetap melipatgandakannya.

Dan slippage bekerja satu arah. Saat pasar bergerak ke arahmu, take profit tidak mendapat harga yang lebih baik dengan cara yang sama — order limit dieksekusi di harga yang kamu minta atau tidak dieksekusi sama sekali.

Kejutan ketiga: eksekusi tertunda dan penolakan

Dua hal kecil yang berakibat besar:

- **Eksekusi tertunda.** Kamu menekan tombol beli, dan beberapa detik berlalu sebelum posisi terbuka. Di detik-detik itu harga sudah pindah \$5. Posisimu terbuka jauh dari tempat yang kamu niatkan.

- **Penolakan order.** Broker menolak permintaanmu karena harga sudah berubah terlalu jauh. Kamu mencoba lagi, dan harga sudah pindah lagi.

Efek yang paling merusak dari keduanya bukan pada satu order itu. Efeknya: kamu kehilangan kendali atas titik masuk, sementara dalam kepalamu rencananya masih memakai titik masuk yang lama. Stop loss dan target yang kamu hitung untuk rencana itu tidak lagi berlaku, tapi seringnya tetap dipakai.

Kejutan keempat: margin

Ini yang paling jarang diantisipasi, dan yang bisa menghabiskan akun dalam satu menit.

Spread yang melebar membuat kerugian mengambang seluruh posisi terbukamu langsung membesar, karena penilaiannya memakai bid untuk posisi beli. Ekuitas turun. Kalau ekuitas turun cukup jauh, broker menutup posisimu secara paksa — mekanisme stop out yang dijelaskan di BAGIAN 0 Bab 10.

Tiga posisi beli, total 0,30 lot
 Spread melebar dari \$0,30 ke \$8,00 → selisih \$7,70
 Tambahan kerugian mengambang: $\$7,70 \times 0,30 \times 100 = \$231$

Pada akun \$1.000, spread saja — tanpa harga bergerak — baru saja memotong 23% ekuitasmu. Kalau posisi-posisi itu sudah merugi sebelumnya, jarak ke stop out bisa tertutup di detik yang sama.

Dari sini muncul satu aturan yang tidak bergantung pada tebakan arah: **jumlah lot terbuka menjelang rilis besar harus jauh lebih kecil daripada biasanya**, atau nol.

Kenapa akun kecil terkena lebih keras

Semua angka di atas berlaku untuk siapa pun. Yang berbeda adalah porsinya.

	Akun \$200	Akun \$5.000
Ukuran lot khas	0,01	0,15
Slippage \$4,00 menambah kerugian	\$4	\$60
Porsi akun	2,0%	1,2%
Spread melebar \$7,70 pada posisi terbuka	\$7,70 (3,9% akun)	\$115,50 (2,3% akun)

Akun kecil kehilangan porsi yang lebih besar dari kejadian yang sama, karena stop loss-nya dipaksa lebih sempit oleh batas lot minimum 0,01. Stop loss yang lebih sempit lebih mudah dilewati spread dan slippage.

Ini alasan teknis, bukan nasihat kehati-hatian, kenapa akun di bawah \$500 sebaiknya tidak memegang posisi apa pun saat rilis data besar.

POIN KUNCI

- Spread emas bisa melebar dari \$0,30 ke \$3–\$15 selama 5–60 detik saat rilis data.
- Stop loss posisi beli dipicu oleh bid. Spread yang melebar menurunkan bid, jadi stop loss bisa kena walau harga tengah tidak bergerak.
- Stop loss yang lebih sempit daripada spread puncak hampir pasti kena.
- Slippage membuat stop loss dieksekusi lebih jauh. Slippage \$4 pada rencana stop loss \$3 mengubah kerugian 2% menjadi 4,2%.
- Slippage bekerja satu arah; take profit tidak mendapat keuntungan setara.
- Eksekusi tertunda dan penolakan order membuat titik masuk berpindah, sementara rencana di kepala masih memakai titik lama.
- Spread yang melebar langsung memperbesar kerugian mengambang seluruh posisi dan bisa memicu stop out tanpa harga bergerak.
- Akun kecil terkena porsi lebih besar karena lot minimum memaksa stop loss lebih sempit.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu spread bisa melebar sepuluh kali lipat atau lebih saat rilis
- ☐ Saya paham stop loss beli dipicu oleh bid, bukan harga tengah
- ☐ Saya sudah mengukur spread emas brokermu di jam normal
- ☐ Saya pernah menyaksikan satu rilis data di demo tanpa posisi terbuka
- ☐ Saya tahu berapa total lot terbuka saya menjelang rilis besar
- ☐ Saya sudah menghitung dampak slippage \$4 pada ukuran lot biasa saya

LATIHAN

Latihan 1 — Ukur spread brokermu, tiga waktu. Tambahkan kolom Spread di Market Watch (klik kanan → Spread), lalu catat:

Jam 20.00, hari biasa : \$ _____
 Lima menit sebelum rilis data : \$ _____
 Sepuluh detik setelah rilis : \$ _____
 Lima belas menit setelah rilis : \$ _____

Baris ketiga adalah angka yang menentukan stop loss minimum yang masuk akal untuk brokermu. Kalau stop loss rencanamu lebih kecil dari itu, jangan memegang posisi saat rilis.

Latihan 2 — Saksikan satu rilis tanpa posisi. Pilih satu rilis berdampak tinggi dari kalender ekonomi. Buka platform sepuluh menit sebelumnya, **tanpa posisi terbuka**, dan catat:

Harga sebelum rilis : _____
 Spread sebelum rilis : \$ _____
 Spread terlebar yang saya lihat : \$ _____
 Harga tertinggi 60 detik pertama : _____
 Harga terendah 60 detik pertama : _____
 Jarak tertinggi ke terendah : \$ _____
 Harga 15 menit setelah rilis : _____
 Apakah arah 15 menit sama dengan arah 60 detik pertama? Ya / Tidak

Baris terakhir adalah alasan bab berikutnya ada.

Latihan 3 — Hitung kerugian terburukmu.

Ukuran lot biasa saya : _____
 Stop loss biasa saya : \$ _____
 Kerugian rencana : \$ _____ = _____% akun
 Spread terlebar yang saya ukur : \$ _____
 Kerugian jika slippage sebesar itu: \$ _____ = _____% akun

Kalau angka terakhir melewati batas rugi harianmu, itu jawaban atas pertanyaan apakah kamu boleh memegang posisi saat rilis data.

BAB 6.6

STRATEGI AMAN MENGHADAPI BERITA

Bab sebelumnya menjelaskan apa yang terjadi pada spread, stop loss, dan margin saat data ekonomi dirilis. Bab ini menjawab pertanyaan praktisnya: **lalu apa yang harus saya lakukan?**

Ada tiga jawaban yang sah, dan satu yang tidak. Mulai dari yang tidak.

Yang tidak sah: menebak arah rilis

Cara ini terdengar masuk akal — kalau angkanya bagus, harga naik; kalau buruk, harga turun — dan hampir selalu gagal. Ada tiga alasan yang berdiri sendiri.

Alasan pertama: harga sudah bergerak sebelum angkanya keluar. Yang menggerakkan harga bukan angka itu sendiri, tapi selisih antara angka itu dan yang sudah diperkirakan pasar. Perkiraan itu sudah tercermin di harga hari-hari sebelumnya. Data yang bagus bisa membuat harga turun, kalau pasar berharap lebih bagus lagi.

Alasan kedua: reaksi pertama sering dibatalkan. Di 60 detik pertama, harga kerap melonjak ke satu arah lalu berbalik lebih jauh ke arah sebaliknya. Latihan 2 di bab sebelumnya menyuruhmu mencatat ini sendiri; kalau kamu sudah mengerjakannya, kamu punya bukti dari pasar, bukan dari buku.

Alasan ketiga: benar pun bisa rugi. Ini yang paling penting. Kalau spread melebar \$6 dan stop loss-mu \$3, posisimu tertutup sebelum arah yang kamu tebak punya kesempatan terbukti. Bab sebelumnya menunjukkan hitungannya.

Jadi menebak arah bukan hanya berisiko tinggi. Ia berisiko tinggi dengan kerugian yang tetap terjadi walau tebakannya benar. Kombinasi itu tidak punya pembelaan.

Tiga cara yang sah

Cara	Untuk siapa	Yang dibutuhkan
A. Keluar total	Semua pemula, semua akun di bawah \$500	Kalender ekonomi
B. Tunggu dan masuk setelah reda	Setelah 100 transaksi tercatat	Kesabaran 30 menit
C. Kurangi ukuran, lebarkan stop loss	Trader dengan sistem terbukti	Modal cukup untuk stop loss lebar

Urutannya bukan tingkat kecanggihan. Cara A tetap pilihan yang sah untuk trader mana pun; banyak trader berpengalaman memakainya seumur karier. Yang berubah bukan kualitas caranya, tapi apakah kamu punya bukti untuk melakukan yang lain.

Cara A — Keluar total

Aturannya empat baris, dan tidak ada yang perlu diputuskan saat kejadian:

1. Setiap pagi, buka kalender ekonomi. Tandai rilis berdampak tinggi hari itu.
2. 30 menit sebelum rilis: tutup semua posisi emas. Batalkan semua order tertunda.
3. Tidak membuka apa pun sampai 30 menit setelah rilis.
4. Setelah itu, perlakukan seperti sesi biasa: butuh setup, bukan hanya butuh gerakan.

Kenapa order tertunda juga dibatalkan, dan bukan hanya posisi terbuka: order tertunda yang dipasang di atas dan di bawah harga akan tereksekusi oleh lonjakan rilis, di harga yang jauh dari angka yang kamu pasang. Kamu bisa berakhir dengan dua posisi terbuka sekaligus, keduanya di titik yang tidak kamu pilih. Ini kejadian umum, dan orangnya biasanya sudah tidak di depan layar.

Kenapa 30 menit, bukan 5: lima belas menit pertama setelah rilis adalah bagian yang paling sering membalik arah. Menunggu 30 menit membuatmu melihat arah yang bertahan, bukan arah yang pertama muncul.

Yang hilang dengan cara ini: beberapa pergerakan besar dalam sebulan. Yang didapat: seluruh masalah di bab sebelumnya tidak berlaku untukmu. Untuk akun di bawah \$500, pertukaran itu tidak seimbang — ia jelas menguntungkan.

Cara B — Tunggu dan masuk setelah reda

Ini cara A ditambah satu langkah: setelah pasar reda, kamu boleh mencari setup di arah yang sudah terbentuk.

Logikanya berbeda dari menebak. Kamu tidak memperkirakan apa yang akan dilakukan harga; kamu menunggu sampai harga memberitahu apa yang sudah diputuskan, lalu mencari titik masuk yang wajar.

Syarat masuknya:

- Minimal 30 menit sudah lewat sejak rilis
- Spread sudah kembali ke kisaran normalnya (cek kolom Spread, jangan diperkirakan)
- Harga sudah membentuk struktur yang bisa dibaca — bukan masih melonjak liar
- Setup-nya sama dengan yang kamu pakai sehari-hari
- Stop loss di luar rentang lonjakan rilis, bukan di dalamnya

Baris terakhir sering diabaikan dan menyebabkan kerugian yang bisa dicegah. Titik tertinggi dan terendah 60 detik pertama menjadi batas yang sering diuji ulang dalam beberapa jam berikutnya. Stop loss di dalam rentang itu berada di daerah yang paling mungkin tersentuh.

Baris keempat juga penting: tidak ada setup khusus berita. Kalau setup yang biasa kamu pakai tidak muncul, tidak ada transaksi. Rilis data bukan alasan untuk masuk; ia hanya keadaan yang membuat sebagian setup muncul lebih sering.

Konsekuensi dari stop loss yang lebih lebar: lot lebih kecil, karena risiko rupiah tetap. Dengan rumus yang sama seperti selalu:

Akun \$2.000, risiko 2% = \$40

Stop loss biasa \$4,00 → lot = $\$40 \div (\$4,00 \times 100) = 0,10$

Stop loss pasca-rilis \$9,00 → lot = $\$40 \div (\$9,00 \times 100) = 0,044 \rightarrow 0,04$

Kalau hasilnya di bawah 0,01, jawabannya bukan mengecilkan stop loss. Jawabannya tidak masuk.

Cara C — Kurangi ukuran, lebarkan stop loss

Ini satu-satunya cara yang memegang posisi menembus rilis, dan syaratnya paling berat. Untuk posisi swing yang memang direncanakan berhari-hari, kadang menutup sebelum rilis lalu membuka lagi setelahnya lebih merugikan daripada menahannya.

Kalau memang begitu keadaannya:

Ukuran lot : seperempat sampai sepertiga dari biasa

Stop loss : minimal tiga kali spread terlebar yang pernah kamu ukur

Total lot terbuka : jauh lebih kecil dari biasa – ingat hitungan margin di bab lalu

Take profit : dipasang, karena eksekusi manual saat lonjakan tidak bisa diandalkan

Dan dua hal yang tidak boleh:

- **Jangan menggeser stop loss saat lonjakan berlangsung.** Keputusan yang dibuat dalam detik-detik itu bukan keputusan; itu reaksi.
- **Jangan menambah posisi** dengan alasan harga sudah bergerak jauh.

Cara ini menuntut modal yang cukup untuk stop loss lebar dengan lot yang sudah diperkecil. Pada akun kecil, kedua tuntutan itu bertabrakan: lot minimum 0,01 tidak bisa diperkecil lagi, jadi satu-satunya variabel yang tersisa adalah stop loss, dan melebarkannya berarti melebihi batas risiko. Karena itu cara C praktis tertutup untuk akun di bawah \$1.000.

Rilis mana yang perlu diperlakukan begini

Tidak semua data ekonomi berdampak sama pada emas. Empat yang paling konsisten menggerakkannya:

Rilis	Kapan	Kenapa penting untuk emas
FOMC (keputusan suku bunga AS)	8x setahun, dini hari WIB	Penggerak tunggal terbesar
NFP (data pekerjaan AS)	Jumat pertama tiap bulan, 19.30/20.30 WIB	Menentukan perkiraan suku bunga
CPI (inflasi AS)	Bulanan, 19.30/20.30 WIB	Sama, dan sering mengejutkan
Pidato Ketua Fed	Tidak tetap	Tidak ada angka, jadi tidak bisa diperkirakan

Bab tentang FOMC dan bab tentang kalender ekonomi membahas masing-masing lebih dalam. Baris keempat perlu catatan khusus: pidato tidak punya angka perkiraan, jadi reaksinya bisa muncul di tengah pidato tanpa peringatan. Selama pidato Ketua Fed, cara A adalah satu-satunya yang aman.

POIN KUNCI

- Menebak arah rilis tidak sah karena tiga alasan: harga sudah menyerap perkiraan, reaksi pertama sering dibatalkan, dan tebakan benar tetap bisa rugi karena spread.
- Tiga cara sah: keluar total, tunggu 30 menit lalu cari setup, atau kurangi ukuran dengan stop loss lebar.
- Cara A tetap sah untuk trader mana pun, dan wajib untuk akun di bawah \$500.
- Order tertunda harus dibatalkan juga, bukan hanya posisi terbuka.
- Tunggu 30 menit, bukan 5: lima belas menit pertama paling sering membalik arah.
- Setelah reda, syaratnya tetap setup harianmu. Rilis bukan alasan masuk.
- Stop loss pasca-rilis dipasang di luar rentang lonjakan, bukan di dalamnya.
- Stop loss lebih lebar berarti lot lebih kecil. Kalau hasilnya di bawah 0,01, jangan masuk.
- Cara C praktis tertutup untuk akun di bawah \$1.000 karena lot minimum tidak bisa diperkecil lagi.
- Empat rilis yang paling menggerakkan emas: FOMC, NFP, CPI, pidato Ketua Fed.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya memilih satu cara, dan menuliskannya di aturan sistem saya
- ☐ Saya membuka kalender ekonomi setiap pagi sebelum trading
- ☐ Saya tahu jam empat rilis besar dalam WIB
- ☐ Saya menutup posisi dan membatalkan order tertunda 30 menit sebelum rilis
- ☐ Saya tidak pernah memasang order tertunda mengapit harga menjelang rilis
- ☐ Kalau masuk setelah rilis, stop loss saya di luar rentang lonjakan
- ☐ Saya sudah menghitung ulang ukuran lot untuk stop loss yang lebih lebar

LATIHAN

Latihan 1 — Tulis aturan beritamu, satu paragraf. Isi templat ini dan letakkan di aturan sistemmu, bukan di ingatan:

Saya memakai cara ____ untuk rilis berdampak tinggi.
 Saya menutup posisi ____ menit sebelum rilis.
 Saya membuka posisi lagi paling cepat ____ menit setelah rilis, dan hanya jika spread sudah di bawah \$____ dan setup ____ muncul.
 Selama pidato Ketua Fed saya _____.
 Kalau saya melanggar aturan ini, konsekuensinya: _____.

Latihan 2 — Uji cara B tiga kali di demo. Untuk tiga rilis berdampak tinggi berikutnya, ikuti cara B sepenuhnya di akun demo, dan catat:

Rilis	:	_____
Rentang lonjakan 60 detik	:	dari _____ ke _____ (jarak \$____)
Spread kembali normal pada	:	_____ menit setelah rilis
Setup muncul dalam 2 jam?	:	Ya / Tidak
Kalau ya, stop loss saya	:	\$_____ (di luar rentang lonjakan? Ya / Tidak)
Hasil	:	_____

Tiga baris tengah lebih berharga daripada baris hasil. Yang sedang kamu uji adalah apakah kamu bisa menunggu, bukan apakah transaksinya untung.

Latihan 3 — Hitung batas stop loss brokermu.

Spread terlebar yang pernah saya ukur saat rilis	:	\$_____
Batas minimum stop loss pasca-rilis (3× itu)	:	\$_____
Akun saya	:	\$_____
Risiko 2%	:	\$_____
Ukuran lot pada stop loss minimum itu	:	_____
Apakah di atas 0,01?	:	Ya / Tidak

Kalau tidak, cara A adalah satu-satunya pilihanmu — dan itu bukan pembatasan sementara sampai kamu lebih pandai, melainkan konsekuensi aritmetika dari ukuran modal.

BAB 6.7

MENGUASAI KALENDER EKONOMI

Kalender ekonomi bukan daftar acara — ia alat perencanaan. Trader yang membukanya setiap pagi tahu kapan harus keluar, kapan boleh trading normal, dan kapan hanya mengamati. Bab ini fokus **cara memakai kalender**, bukan mengulang strategi rilis (BAGIAN 6 Bab 6) atau anatomi CPI/NFP/FOMC (bab 6.2–6.4).

Anatomi kalender

Platform umum (Forex Factory, Investing.com) menampilkan kolom serupa:

Kolom	Fungsi
Tanggal & jam	Kapan rilis — wajib WIB
Mata uang	USD paling relevan untuk emas
Dampak	Merah = tinggi, oranye = sedang, kuning = rendah
Nama acara	CPI, NFP, FOMC, dll.
Aktual	Angka setelah rilis (kosong sebelumnya)
Perkiraan	Konsensus analis — sudah terserap pasar
Sebelumnya	Angka periode lalu — untuk tren

Yang paling sering salah: zona waktu. Default sering GMT/UTC, bukan WIB (UTC+7). Set sekali di pengaturan akun, verifikasi dengan rilis yang jamnya sudah kamu kenal (NFP = 19.30 WIB musim panas AS).

Filter untuk trader emas

1. Zona waktu: WIB (UTC+7)
2. Mata uang: USD (utama), EUR (sekunder – ECB)
3. Dampak: merah wajib; oranye opsional
4. Tampilan: harian untuk scan pagi; mingguan untuk rencana Minggu malam

Investing.com: filter negara Amerika Serikat, importance 3 bintang. Forex Factory: centang USD, impact red/orange.

Membaca perkiraan vs aktual (kejutan)

Sebelum rilis, catat **perkiraan** dan **sebelumnya**. Setelah rilis, bandingkan **aktual** dengan **perkiraan** — itulah kejutan yang menggerakkan harga.

- **Aktual di atas perkiraan** — angka mengalahkan konsensus; kecenderungan hawkish untuk data inflasi atau pekerjaan.
- **Aktual di bawah perkiraan** — angka meleset; kecenderungan dovish.
- **Aktual sesuai perkiraan** — reaksi kecil, sering whipsaw singkat.

Contoh NFP: perkiraan +200K, aktual +350K — jauh di atas perkiraan, kecenderungan hawkish, emas cenderung turun (lihat mekanisme di BAGIAN 6 Bab 3).

Magnitud kejutan menentukan ukuran lonjakan. Selisih +5% dari perkiraan = reaksi kecil. Selisih +50% = lonjakan besar.

Prioritas untuk emas

Jangan perlakukan semua rilis merah sama. Ringkas:

Prioritas	Rilis	Frekuensi/bulan	Tindakan default pemula
Wajib tahu	FOMC, NFP, CPI, pidato Ketua Fed	3–5	Keluar total (BAGIAN 6 Bab 6)
Penting	GDP, PPI, Ritel Sales, ISM, ECB	5–8	Kurangi exposure
Pantau	Jobless Claims, PCE, Consumer Confidence	15–25	Trading normal, waspada
Abaikan	Data Asia/Eropa kecil	Banyak	Tidak perlu alarm

Tier wajib: 3–5 acara merah per bulan. Itu yang kamu tandai di kalender dan set pengingat.

Rutinitas mingguan dan harian

Minggu malam (15 menit):

1. Buka kalender minggu depan, filter USD merah + oranye
2. Catat tiap hari: ada tier wajib?
3. Rencanakan: hari berat (FOMC Rabu, NFP Jumat) berarti trading ringan atau lewati total.
4. Set pengingat T-30 menit untuk setiap tier wajib

Setiap pagi 07.00 WIB (5 menit):

1. Konfirmasi zona waktu masih WIB
2. Tandai rilis merah hari ini + jam WIB (cek DST jika Maret/November)
3. Sesuaikan rencana sesi: tutup posisi T-30 menit sebelum tier wajib

T-30 menit sebelum rilis tier wajib:

1. Konfirmasi perkiraan dan sebelumnya sudah dicatat
2. Tutup posisi / batalkan order tertunda (BAGIAN 6 Bab 6)
3. Buka kolom Spread di Market Watch

T+30 menit sesudah rilis (observasi, bukan trading untuk pemula):

1. Catat aktual vs perkiraan
2. Catat lonjakan 60 detik dan arah 30 menit — latihan BAGIAN 6 Bab 1
3. Jurnal: kejutan besar atau sesuai perkiraan?

Daylight saving time (DST)

Dua kali setahun jam rilis bergeser satu jam:

- **Maret** (AS mulai DST): NFP/CPI dari 20.30 → **19.30 WIB**
- **November** (AS selesai DST): NFP/CPI dari 19.30 → **20.30 WIB**

FOMC: 02.00 → **01.00 WIB** saat musim panas, dan sebaliknya saat musim dingin.

Set pengingat tahunan 1 Maret dan 1 November: buka kalender, verifikasi satu rilis yang jamnya sudah dikenal.

Kesalahan Umum

1. **Cek kalender hanya saat rilis.** Tanpa rencana, kamu masuk mode reaktif.
2. **Zona waktu salah.** NFP "19.30" di GMT bukan WIB.
3. **Hanya lihat nama acara, abaikan perkiraan.** Tanpa perkiraan, kamu tidak tahu apakah aktual itu kejutan.
4. **Mengabaikan tier oranye.** PPI atau GDP kadang mengejutkan \$30–\$50.
5. **Kalender dipercaya 100%.** Jadwal bisa berubah; kejutan geopolitik tidak ada di kalender.

POIN KUNCI

- Kalender adalah alat perencanaan: kapan keluar, kapan normal, kapan observasi.
- Wajib set zona waktu WIB; verifikasi DST Maret dan November.
- Kejutan berarti selisih aktual dan perkiraan, bukan angka absolut.
- Tier wajib (FOMC/NFP/CPI/pidato Fed): 3–5× sebulan — tandai + pengingat.
- Rutinitas: Minggu malam rencana minggu, 07.00 WIB cek harian, T-30 keluar posisi.
- Kalender bukan sinyal trading — ia mencegah blunder.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah set zona waktu kalender ke WIB
- ☐ Saya punya filter USD + dampak merah (dan oranye)
- ☐ Saya melakukan tinjauan kalender setiap Minggu malam
- ☐ Saya cek kalender setiap pagi 07.00 WIB sebelum trading
- ☐ Saya set pengingat T-30 menit untuk tier wajib minggu ini
- ☐ Saya tahu kapan DST AS bergeser dan sudah verifikasi jadwal

LATIHAN

Latihan 1 — Setup kalender. Buka Forex Factory atau Investing.com. Set WIB, filter USD merah. Tangkapan layar pengaturan + tampilan minggu ini. Simpan di jurnal.

Latihan 2 — Rencana minggu depan. Dari kalender, isi:

Senin tier wajib : _____ jam _____ WIB
 Selasa : _____
 Rabu : _____
 Kamis : _____
 Jumat : _____
 Hari lewati/ringan : _____
 Pengingat T-30 set : Ya / Tidak

Latihan 3 — Catat kejutan satu rilis. Pilih rilis tier wajib berikutnya. Sebelum rilis catat perkiraan; sesudah rilis catat aktual, lonjakan 60 detik, spread puncak, arah 30 menit. Hitung: di atas atau di bawah perkiraan? (di atas = aktual melebihi perkiraan; di bawah = aktual di bawah perkiraan)

BAGIAN 7

EKSEKUSI: SCALPING DAN INTRADAY

9 BAB

BAB 7.1

SIKAP UNTUK SCALPING

Scalping emas berarti mengambil keputusan cepat, berulang, dengan target per transaksi yang tipis. Trader yang masuk dengan sikap swing — menunggu pergerakan besar, menahan posisi lama — akan kehabisan modal sebelum keunggulannya terlihat. Trader yang masuk dengan sikap penjudi — mengejar kerugian, memperbesar lot tanpa rencana — akan lebih cepat habis lagi.

Sikap yang bisa dipertahankan jangka panjang bersifat mekanis, emosi netral, dan realistis setelah biaya masuk dihitung. Bab ini membahas kerangka operasional itu, bukan motivasi kosong.

Lima sikap wajib scalper**Sikap 1: Operator, bukan bintang lapangan**

Bayangkan operator pabrik yang mengemas ratusan item per shift. Ia tidak gembira setiap item selesai, tidak frustrasi karena satu cacat, tidak euforia karena lima puluh item lancar berturut-turut. Ia mengerjakan tugas. Shift selesai.

Scalper yang konsisten sama. Transaksi demi transaksi, tanpa emosi per transaksi. Untung \$5, lanjut. Rugi \$5, lanjut.

Narasi "bintang lapangan" — aksi besar, selebrasi, gembar-gembor — bukan kerangka yang cocok. Scalping memang membosankan, repetitif, dan mekanis.

Uji diri: setelah scalp ke-10 hari ini, apakah kamu masih setenang scalp ke-1? Kalau tidak, kerangka operatormu belum mapan.

Sikap 2: Keunggulan ada di statistik, bukan di satu transaksi

Persentase transaksi untung satu scalp sekitar 55–60% untuk scalper kompeten. Satu transaksi saja sering rugi — itu normal.

Keunggulan statistik baru muncul di 100+ transaksi:

55% untung × RR 1:1 × 100 transaksi:
– 55 menang × \$10 = \$550
– 45 rugi × \$10 = \$450
– Bersih: +\$100

60% untung × RR 1:1 × 100 transaksi:
– 60 menang × \$10 = \$600
– 40 rugi × \$10 = \$400
– Bersih: +\$200

Setiap transaksi adalah sampel dari distribusi. Bukan hari penghakiman.

Trader yang emosional setiap transaksi melawan probabilitas, bukan menaikinya.

Sikap 3: Spread dan slippage adalah biaya tetap

Setiap scalp punya biaya yang tidak terlihat di chart: spread, slippage, komisi (kalau akun ECN).

Untuk XAUUSD di jam normal:

- Spread: \$0,20–0,50 per putaran (masuk + keluar)
- Slippage: \$0,20–0,80 per putaran (tergantung kondisi)
- Total biaya: \$0,70–2,00 per scalp

Pada 1,00 lot, spread \$0,25 saja berarti biaya masuk \$25 per transaksi.

Implikasi nyata: target \$1,50 dengan SL \$1,50 — spread \$0,30 memakan 20% target sebelum harga bergerak. Target \$3 dengan SL \$2 — spread masih 10–17% dari target. Scalping emas **berbiaya tinggi**; janji "untung kecil sering" tanpa menghitung spread adalah ilusi.

Target minimum yang masuk akal setelah biaya: \$3–5 per 0,01 lot di jam sibuk, lebih besar kalau spread melebar. Trader yang mengabaikan biaya bekerja untuk broker, bukan untuk dirinya.

Sikap 4: Berhenti hari ini bisa jadi transaksi terbaik hari ini

Scalper konsisten tahu kapan berhenti:

- Target untung harian tercapai
- Batas rugi harian tercapai
- Tiga SL berturut-turut
- Kelelahan mental (60–90 menit fokus intens)
- Kondisi pasar berubah jadi zona mati
- Mental bergeser ke FOMO atau balas dendam

Berhenti saat masih sehat lebih baik daripada lanjut sampai meledak.

Scalper ritel tipikal melawan ini: transaksi sampai kelelahan, sampai mental miring, lalu meledak di scalp ke-25 yang seharusnya tidak ada.

Disiplin berhenti sama pentingnya dengan disiplin masuk. Itu keterampilan yang sama.

Sikap 5: Tidak perlu menangkap setiap pergerakan

Emas bergerak 24 jam, lima hari seminggu. Kalau kamu scalp empat jam sehari, kamu melewatkan 20 jam pergerakan. Itu wajar.

Setiap pergerakan yang kamu lihat tapi tidak ambil akan memicu pertanyaan: "Seharusnya saya masuk tadi."

Scalper konsisten nyaman melewatkan setup. Setup layak akan muncul lagi besok, minggu depan, tahun depan.

Trader yang harus menangkap setiap pergerakan cenderung memaksa entry di setup ragu atau tolak, lalu mengakumulasi kerugian.

Tiga sikap beracun

Beracun 1: "Saya bisa pulihkan rugi hari ini juga"

Secara matematis mungkin. Secara statistik berbahaya.

Akun \$5.000, rugi hari ini \$200 (4%).
Untuk pulih: butuh untung \$200.
Tapi setelah rugi, mental miring, kualitas keputusan turun.
Probabilitas untung \$200 dalam kondisi itu: rendah.
Probabilitas rugi tambahan: tinggi.

Pemulihan realistis: butuh 3–7 hari trading sehat,
bukan 1 hari trading panik.

Sikap benar: "Rugi hari ini sudah terjadi. Pemulihan butuh waktu dan kondisi mental lebih baik. Hari ini fokus batasi kerusakan."

Beracun 2: "Setup layak pasti menang"

Setup layak berarti setup dengan persentase untung tertinggi menurut catatanmu. Bukan jaminan menang.

Kalau persentase untung setup layakmu 65%, artinya 35% transaksi tetap rugi.

Trader yang menganggap setup layak pasti menang cenderung: lot lebih besar, SL terlalu ketat, tidak siap rugi, dan rugi jadi pukulan mental berat.

Sikap benar: "Setup layak berarti probabilitas tinggi, bukan jaminan. Saya siapkan lot, SL, dan mental untuk rugi juga."

Beracun 3: "Influencer X scalping bisa, kenapa saya tidak?"

Perbandingan ke influencer sering jadi spiral beracun. Mayoritas kreator konten scalping bukan scalper konsisten yang untung. Mereka memilih hari menang saja untuk ditampilkan, tidak menunjukkan realitas harian, modal dan broker mereka berbeda.

Sikap benar: "Saya scalp untuk profil dan modal saya. Perjalanan orang lain tidak relevan."

Contoh: sikap dalam praktik

Trader: Dimas, scalper 8 bulan, stuck di –2% per bulan

Sikap lama Dimas:

- Setiap scalp diperlakukan sebagai peristiwa emosional: menang membuatnya merasa jenius; rugi membuat marah dan langsung balas dendam; impas membuat frustrasi
- Usaha menangkap setiap pergerakan: 30+ transaksi per sesi, kelelahan setelah 2 jam, kualitas turun di transaksi ke-15+

- Usaha pulih rugi: rugi \$100, lalu "harus pulih hari ini", lot dobel, rugi \$250, lot triple, akun habis

Sikap baru Dimas:

- Mode operator: target 5–8 scalp berkualitas; per scalp dicatat, keputusan berikutnya tanpa keterikatan emosional
- Kesadaran biaya: target \$1,50 berarti rugi bersih setelah spread; target minimum dinaikkan ke \$3–5
- Disiplin berhenti: setelah 5 transaksi istirahat 15 menit; tiga rugi berturut-turut berarti stop sesi; target untung tercapai berarti stop sesi
- Melewatkan setup adalah hal wajar

Hasil setelah 30 hari: transaksi turun dari 25/hari ke 8/hari, persentase untung naik dari 48% ke 58%, P/L bersih positif, kelelahan mental turun drastis.

Keterampilan sama, sikap berbeda, hasil berbeda jauh.

Kesalahan umum

Kesalahan	Kenapa berbahaya	Yang seharusnya
"Sikap nanti, skill dulu"	Skill tanpa sikap = penjudi terampil	Sikap prasyarat, bukan tambahan
Latihan sikap sekali saja	Sikap perlu penguatan berulang	Ulangi kerangka ini 90 hari pertama
Perfeksionisme emosi	"Tidak boleh ada emosi" tidak realistis	Kelola emosi, jangan hilangkan
Bandingkan diri ke trader lain	Tidak tahu kondisi sebenarnya mereka	Lacak progres sendiri
Menyerah setelah satu hari buruk	Satu hari hanya data, bukan identitas	Besok mulai segar

POIN KUNCI

- Scalping emas berbiaya tinggi: spread \$0,20–0,50 di jam normal bisa memakan 13–33% dari target \$1,50.
- Sikap operator — mekanis, netral, repetitif — lebih cocok daripada kerangka "bintang lapangan".
- Keunggulan statistik muncul di 100+ transaksi, bukan di satu transaksi.
- Target minimum harus sudah dikurangi spread dan slippage; jangan janji "untung kecil sering".
- Berhenti saat batas tercapai adalah keterampilan yang sama dengan disiplin masuk.
- Melewatkan setup wajar; memaksa entry di setup lemah mengakumulasi kerugian.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menghitung biaya spread per transaksi dan menyesuaikan target minimum
- ☐ Saya sudah menetapkan batas transaksi, batas rugi, dan batas untung harian sebelum buka chart
- ☐ Saya sudah menguji: setelah transaksi ke-10, apakah saya masih setenang transaksi ke-1
- ☐ Saya sudah menulis satu kalimat: "Satu transaksi rugi bukan hari penghakiman"
- ☐ Saya sudah berhenti sesi setelah tiga SL berturut-turut, tanpa pengecualian
- ☐ Saya sudah melewati minimal satu setup hari ini tanpa merasa FOMO

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung biaya spread Ambil 10 transaksi demo atau riil terakhir. Catat spread saat entry dan exit:

No	Spread entry	Spread exit	Total biaya	Target TP	Biaya ÷ target (%)
----	--------------	-------------	-------------	-----------	--------------------

Rata-rata persentase biaya terhadap target. Kalau di atas 15%, target atau jam trading perlu disesuaikan.

Latihan 2 — Simulasi 100 transaksi Pakai persentase untung dan RR aktualmu dari jurnal. Hitung P/L bersih 100 transaksi **dengan** dan **tanpa** biaya spread \$0,40 per transaksi. Apakah keunggulan statistik masih positif setelah biaya?

Latihan 3 — Log mental per sesi Selama lima sesi, catat skor energi mental (1–10) sebelum, tengah, dan akhir sesi. Setelah sesi ke-5, bandingkan: di skor berapa kualitas keputusan mulai turun? Itu batas waktu sesimu.

BAB 7.2**KONDISI PASAR: KAPAN SCALPING, KAPAN TIDAK**

Aturan paling sering dilanggar scalper ritel: transaksi di kondisi pasar yang tidak cocok untuk scalping. Scalping bukan strategi yang selalu berfungsi — ia sangat sensitif terhadap spread, volume, dan volatilitas.

Scalp di range mati berarti terjebak dan keluar rugi karena spread. Scalp di whipsaw berarti stop loss kena bolak-balik. Scalp saat rilis data berarti slippage besar. Scalp di sesi mati berarti fill buruk. Memfilter kondisi pasar bisa menghemat 30–50% kerugian sebelum kamu belajar setup apapun.

Tiga tingkat kondisi pasar**Kondisi layak — boleh scalp**

Scalping layak saat pasar bergerak terarah tapi masih teratur. Tren sedang terlihat dari EMA 20 dan 50 di M5 yang searah, pullback dangkal, badan lilin lebih besar dari ekor, dan volume cukup. Alternatifnya, range ketat di support/resistance mapan dengan pantulan jelas, lebar \$8–15, dan level yang sudah beberapa kali disentuh. Arah pasca-berita juga layak kalau rilis data sudah lewat lebih dari 30 menit, arah sudah mapan beberapa lilin, dan spread normal.

Syarat tambahan: spread di bawah \$0,50, slippage minimal, transaksi sesi masih di bawah 8, mental tenang. Kalau semua terpenuhi, kamu boleh scalp dengan setup layak (mutu tertinggi).

Kondisi hati-hati — kurangi aktivitas

Pasar bergerak bolak-balik tanpa arah — EMA datar, ekor lilin dominan, arah tidak jelas — membuat scalp lebih sulit dibaca. Begitu juga 30–60 menit sebelum rilis data penting, saat volatilitas mulai naik dan spread melebar dari \$0,30 ke \$0,50–0,80. Transisi sesi (Asia–London 13:30–14:30 WIB, London–New York 18:00–20:30 WIB, akhir London 22:30–23:30 WIB) sering menghasilkan sinyal campur aduk.

Spread \$0,50–0,80 dan transaksi sesi sudah 8–12 adalah tanda waspada. Lot separuh, setup layak saja, dan lewati kalau tergoda menurunkan standar.

Kondisi tolak — jangan scalp

Jangan scalp saat pasar mati: volume turun, range di bawah \$5 dalam 30 menit, EMA saling silang, spread di atas \$1,00. Jangan juga di jendela rilis data (5 menit sebelum hingga 15 menit sesudah rilis data utama, atau saat konferensi pers Fed), libur besar AS/Inggris, Jumat malam setelah 22:00 WIB, atau whipsaw ekstrem dengan range di atas \$30 bolak-balik dalam 10 menit.

Spread di atas \$0,80, slippage sering, mental stres atau FOMO aktif — stop. Tutup chart atau amati saja.

Pemeriksaan 30 detik sebelum entry

Jalankan setiap kali mau buka posisi baru:

1. **Spread** — di bawah \$0,50 layak; \$0,50–0,80 hati-hati; di atas \$0,80 tolak
2. **Range 30 menit** (6 lilin M5) — di atas \$10 layak; \$5–10 hati-hati; di bawah \$5 tolak (pasar mati)
3. **Badan vs ekor lilin** — badan dominan layak; seimbang hati-hati; ekor dominan tolak (pasar bolak-balik)
4. **EMA M5 (20, 50)** — searah layak; kemiringan ringan hati-hati; saling silang tolak
5. **Kalender** — tidak ada rilis 60 menit layak; rilis 30–60 menit hati-hati; rilis di bawah 30 menit tolak

Keputusan: lima layak berarti boleh scalp; campur layak/hati-hati berarti lot separuh; ada satu tolak berarti tidak scalp.

Contoh tiga kondisi

Layak — 15:00 WIB, sesi London

Spread \$0,30. Range M5 \$14. Lilin: badan bullish padat. EMA 20 di atas 50. Tidak ada rilis 60 menit. Semua layak — scalp setup pullback ke EMA 20.

Hati-hati — 17:30 WIB

Spread \$0,45. Range \$8. Lilin campuran. EMA kemiringan ringan. Initial Jobless Claims 18:00 WIB. Semua hati-hati — lot separuh, setup layak saja, batas keras 18:00 WIB.

Tolak — 02:30 WIB, akhir New York

Spread \$1,20. Range \$3. Lilin kecil, ekor panjang. EMA datar. Pasar mati. Semua tolak — tutup chart.

Trader yang memaksa scalp di kondisi tolak: spread $4 \times$ normal, target kecil tidak menutupi biaya, whipsaw sering, rugi bersih –\$30 dalam lima transaksi.

Kondisi per sesi (WIB)

Sesi	Spread tipikal	Range	Putusan scalping
Asia (07:00–13:00)	\$0,40–0,80	\$5–12, kebanyakan ranging	Default: lewati atau sangat selektif; lot separuh; target lebih kecil
London open (14:00–15:30)	\$0,20–0,40	\$10–30	Tunggu 30 menit setelah open; sapuan likuiditas lalu berbalik arah bagus
Mid London (15:00–18:00)	\$0,20–0,40	tren lanjut	Jendela terbaik pullback EMA; 5–10 scalp berkualitas
Pre-NY (18:00–20:00)	mulai melebar	konsolidasi	Kurangi aktivitas; persiapan NY
Overlap NY (20:30–23:00)	\$0,20–0,40	\$10–25	Unggulan; lewati jendela rilis data

Late NY (23:00–02:00)	melebar	kecil	Default: lewati
Zona mati (02:00–06:00)	3–5× normal	paling sempit	Tidak scalp. Tanpa pengecualian

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Scalp di zona mati	Tidak ada pengecualian
Abaikan spread melebar	Spread di atas \$0,80 = stop
Scalp 20 menit sebelum rilis	30 menit sebelum rilis = tidak entry baru
Whipsaw = "volatil = enak scalp"	Whipsaw ekstrem = tunggu stabil
Target London di sesi Asia	Sesuaikan target ke karakter sesi
Lewati pemeriksaan 30 detik	Ritual wajib setiap entry baru

POIN KUNCI

- Scalping hanya layak di 20–30% jam per minggu; sisanya lebih baik dilewati.
- Spread \$0,20–0,50 normal; di atas \$0,80 scalping emas tidak ekonomis.
- Satu indikator menolak berarti tidak entry, tanpa pengecualian.
- Sesuaikan target ke sesi: Asia lebih kecil, London–NY overlap lebih besar.
- Pemeriksaan 30 detik sebelum setiap entry baru.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menjalankan pemeriksaan lima poin sebelum setiap entry hari ini
- ☐ Saya sudah menulis spread saat ini dan membandingkannya dengan batas \$0,50 / \$0,80
- ☐ Saya sudah mengecek kalender rilis data 60 menit ke depan
- ☐ Saya sudah menyesuaikan target ke sesi yang sedang berjalan
- ☐ Saya sudah berhenti trading saat ada satu kondisi tolak
- ☐ Saya sudah melewati zona mati (02:00–06:00 WIB) tanpa membuka chart

LATIHAN

Latihan 1 — Log kondisi pasar Selama satu minggu, catat setiap kali mau entry: spread, range M5, hasil pemeriksaan (layak/hati-hati/tolak), apakah kamu entry atau lewati, hasil transaksi. Di akhir minggu: apakah transaksi di kondisi tolak memang rugi lebih sering?

Latihan 2 — Bandingkan spread per sesi Catat spread rata-rata per jam selama tiga hari trading. Buat tabel: jam | spread rata-rata | sesuai batas? Jam mana spread paling mahal?

Latihan 3 — Simulasi biaya Hitung: target \$2 dengan SL \$2, spread \$0,35. Berapa persen biaya terhadap target? Ulangi untuk target \$3 dan \$5. Di target mana keunggulan statistik masih masuk akal setelah biaya?

BAB 7.3**FILTER SEBELUM MASUK POSISI**

Trader ritel tipikal: lihat setup cukup bagus, klik buy/sell, berharap. Tanpa filter. Tanpa pemeriksaan. 60–70% entry berkualitas ragu atau tolak, bukan layak. Akumulasi entry lemah mengakumulasi kerugian.

Filter sebelum masuk adalah daftar periksa eksplisit yang menentukan boleh klik atau tidak. Filter ketat berarti lebih sedikit entry, persentase untung naik 10–20 poin.

Empat lapisan filter**Lapisan 1 — Setup teknis**

- Pola sesuai setup yang sudah kamu tetapkan (A atau B)
- Kesesuaian antar rentang waktu: M5 setup, M15 tren, H1 arah
- Support/resistance dekat? (setup lebih kuat kalau ada)
- EMA searah (20 di atas 50 untuk long, sebaliknya untuk short)
- Struktur lilin konfirmasi (badan lebih besar dari ekor, ditutup kuat)

Lapisan 2 — Kondisi pasar

- Kondisi pasar layak (BAGIAN 7 Bab 2)
- Volume normal/tinggi
- Spread di bawah \$0,50
- Tidak ada rilis data 60 menit ke depan
- Timing sesi optimal

Lapisan 3 — Kondisi pribadi

- Mental tenang, mode operator
- Tidak FOMO (mengejar pergerakan terlewat)
- Tidak balas dendam (setelah SL)
- Tidak terlalu percaya diri (setelah untung beruntun)
- Energi minimal 6/10
- Bukan 30 menit terakhir sesi (terburu-buru)

Lapisan 4 — Kuota transaksi

- Jumlah transaksi sesi di bawah batas
- Batas rugi harian belum tercapai
- Target untung harian belum tercapai (kalau sudah, opsional stop)

- Risiko per transaksi sudah dihitung
- Lot sudah dikonfirmasi (bukan berdasarkan perasaan)

Masuk hanya kalau keempat lapisan lulus. Satu lapisan gagal berarti lewati, meski setup teknis terlihat bagus.

Mutu setup: layak, ragu, tolak

Layak

- Keempat lapisan lulus
- Konfluens 4+ faktor
- Pola probabilitas tinggi
- Level invalidasi jelas
- SL mudah dipasang
- Target jelas

Persentase untung historis pribadi: 60%+. Lot: ukuran standar. Frekuensi: 3–5 per sesi maksimum.

Ragu (B)

- Filter lulus tapi konfluens 2–3 faktor
- Pola OK tapi tidak terkuat
- Invalidasi agak ambigu

Persentase untung: 50–55%. Lot: 50% dari layak. Frekuensi: 2–3 per sesi (opsional).

Tolak (C)

- Filter borderline
- Konfluens 1–2 faktor
- Dipaksa atau tidak jelas

Persentase untung: 35–45%. **Lewati selalu.** Tidak ada pengecualian lot kecil.

Enam faktor konfluens untuk scalping emas

1. **Level S/R** — tertinggi dan terendah harian atau mingguan, angka bulat (2.650, 2.700), level multi-sentuh, konfluens dari beberapa TF
2. **Kesesuaian antar rentang waktu** — M5 entry, M15 tren, H1 arah; hindari kontradiksi M5 vs H1
3. **EMA/indikator** — EMA 20/50 searah, RSI overbought/oversold (pembalikan), lonjakan volume
4. **Pola lilin** — pin bar, engulfing, di level konfluens, ekor penolakan terlihat
5. **Waktu** — sesi cocok (14:30–16:00 atau 20:30–22:30 WIB); hindari zona mati dan jendela rilis
6. **Struktur pasar** — HH/HL untuk long, LL/LH untuk short, pantulan range di setup range

Minimum konfluens untuk setup layak: 4 faktor.

Contoh filter dalam praktik

Setup: pullback EMA 20 M5, 15:30 WIB, harga 2.675

Lapisan 1: pola pullback ✓, M5/M15/H1 naik ✓, support 2.670 ✓, EMA searah ✓, engulfing bullish ✓ — lulus

Lapisan 2: kondisi layak ✓, volume normal ✓, spread \$0,35 ✓, tidak ada rilis ✓, sesi London ✓ — lulus

Lapisan 3: tenang ✓, tidak FOMO ✓, tidak balas dendam ✓, energi 8/10 ✓ — lulus

Lapisan 4: transaksi 3/8 ✓, rugi harian −1%/−3% ✓, lot 0,03 (risiko 1%, SL \$3) ✓ — lulus

Konfluens: 6 faktor. Mutu: layak. Entry disetujui.

Entry 2.674, SL 2.671 (\$3), TP 2.680 (\$6), RR 1:2.

Setup sama, tapi lapisan 3 gagal:

Baru rugi \$20 transaksi sebelumnya — risiko balas dendam. Lapisan 3 gagal — lewati meski teknis layak. Istirahat 15 menit, evaluasi ulang.

Nilai filter multi-lapisan: menangkap alasan tersembunyi yang filter teknis saja lewatkan.

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Filter teknis saja	Empat lapisan wajib
"Hampir sempurna" tetap entry	Borderline = lewati
Setup tolak dengan lot kecil	Tolak = lewati, tanpa pengecualian
Tidak catat mutu per transaksi	Jurnal mutu per transaksi
Filter hanya untuk setup layak	Filter sama untuk semua entry
Cek setelah klik	Filter sebelum klik

POIN KUNCI

- Filter mekanis mengalahkan penilaian emosional.
- Empat lapisan: teknis, pasar, pribadi, kuota.
- Setup yang ditolak harus dilewati sepenuhnya, tanpa lot kecil.
- Satu lapisan filter yang gagal berarti lewati setup, meski setup teknis bagus.
- Filter sebelum klik, bukan sesudah.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menjalankan keempat lapisan filter sebelum setiap entry hari ini
- ☐ Saya sudah menghitung konfluens dan menulis mutu (layak/ragu/tolak) sebelum klik
- ☐ Saya sudah lewati minimal satu setup teknis bagus karena lapisan pribadi atau kuota gagal
- ☐ Saya sudah memastikan spread di bawah \$0,50 sebelum entry
- ☐ Saya sudah menghitung lot dengan rumus: $\text{risiko} \div (\text{SL} \times 100)$
- ☐ Saya sudah lewati semua setup mutu tolak tanpa pengecualian

LATIHAN

Latihan 1 — Filter lima setup Ambil lima momen di chart M5 kemarin. Untuk masing-masing, isi keempat lapisan (lulus/gagal) dan mutu. Apakah yang gagal lapisan pribadi/kuota memang lebih sering rugi?

Latihan 2 — Lembar penilaian konfluens

Tanggal	Setup	S/R	Antar-TF	EMA	Lilin	Waktu	Struktur	Total	Mutu	Hasil
---------	-------	-----	----------	-----	-------	-------	----------	-------	------	-------

Isi 10 baris dari chart historis. Bandingkan mutu layak vs ragu vs tolak.

Latihan 3 — Latihan lewati Sengaja lewati tiga setup hari ini meski teknis OK, karena satu lapisan gagal. Catat perasaan FOMO (1–10) dan apakah setup benar-benar berlanjut. Tujuannya melatih disiplin lewati.

BAB 7.4**MENGELOLA STOP LOSS**

Stop loss scalping berbeda dari swing. Swing memakai SL lebar (\$10–25) dan menahan posisi melawan riak harga. Scalp memakai SL \$1,50–3 dan sangat sensitif terhadap slippage serta whipsaw — jarak \$0,50 saja bisa mengubah hasil.

Kesalahan ritel: SL terlalu ketat sehingga kena riak harga, SL terlalu lebar sehingga RR buruk, SL digeser saat berharap, atau SL "mental" bukan di broker. Disiplin SL adalah syarat bertahan scalper.

Tiga prinsip SL scalping**Prinsip 1: SL keras di broker**

Jangan pakai SL mental yang ditutup manual. Jangan tahan dulu lalu tutup kalau sudah jauh. Pasang SL di broker saat entry. SL adalah titik invalidasi setup, bukan batas emosional.

Prinsip 2: SL mengikuti setup, bukan kenyamanan

SL di bawah swing low (long) atau di atas swing high (short), di luar level S/R, di luar ekor pin bar, plus buffer slippage \$0,20–0,50.

Bukan: "Saya nyaman rugi \$5 saja" atau "SL ketat karena lot besar."

Prinsip 3: Buffer slippage sudah termasuk

SL quoted $\neq$ harga exit aktual. Slippage normal XAUUSD: \$0,20–0,50. Saat rilis data: \$1–3. Slippage tidak bisa dihilangkan, tapi bisa diantisipasi dengan buffer. Trader yang lupa buffer sering heran kenapa rugi aktual lebih besar dari jarak SL di chart — padahal broker mengeksekusi di harga terbaik yang tersedia, bukan di harga quoted.

Contoh: invalidasi di 2.670,00. Tambah buffer \$0,50, sehingga SL ditempatkan di 2.669,50.

Aturan jarak SL

Minimum: \$1,50–3,00 untuk pasar normal. Di bawah \$1,50 hampir selalu kena riak harga dan spread (\$0,15–0,30) sebelum arah terbukti.

Maksimum: \$3–8 untuk scalp murni (menahan posisi di bawah 15 menit). Di atas \$8 berarti transaksi harian, bukan scalp — aturan ukuran posisi berbeda.

Penempatan: di luar level invalidasi, bukan tepat di level. Buffer untuk ekor, slippage, fluktuasi spread.

Jangan geser menjauh dari invalidasi. Tidak ada pengecualian. Boleh geser menuju untung (trailing ke impas setelah 50% target).

Trailing SL menuju untung

- **Impas:** saat untung mencapai 50% target, geser SL ke harga entry
- **Kunci 50%:** saat untung 75% target, geser SL ke level 50% target
- **Trailing agresif (lanjutan):** ikuti EMA M1/M5 selama momentum kuat

Hitung lot per SL

Risiko per transaksi = Modal × Risiko %
 Scalper tipikal: 0,5–1% per transaksi (lebih rendah dari swing karena frekuensi tinggi)

Contoh:

Modal \$10.000, risiko 0,5% = \$50

Jarak SL \$2,00

$LOT = \$50 \div (\$2,00 \times 100) = \$50 \div \$200 = 0,25 \text{ lot}$ (bulatkan ke 0.25 lot)

Cek: $0,25 \times 100 \times \$2,00 = \$50$ ✓

Referensi cepat (risiko \$50):

Jarak SL	Lot
\$1,50	0.33
\$2,00	0.25
\$2,50	0.20
\$3,00	0.16

SL per jenis setup

Setup	Jarak SL tipikal
Pullback EMA	\$2,00–3,00
Pantulan S/R	\$1,50–2,50
Lanjutan tren (tarik balik kecil)	\$1,50–2,00
Pembalikan	\$2,50–3,00
Pasca-berita	\$3,00–8,00 (bukan scalp murni)

Contoh: disiplin vs bencana

Setup sama: entry 2.670, SL rencana 2.667 (\$3), lot 0.25 (risiko \$75).

Tanpa disiplin: harga turun ke 2.666, trader panik, geser SL ke 2.660, harga turun ke 2.658, tutup manual. Rugi \$300 vs rencana \$75. Satu kali geser SL bisa menghancurkan akun lebih cepat dari sepuluh transaksi rugi normal.

Dengan disiplin: SL keras 2.667, kena di 2.666,5 (slippage \$0,50). Rugi \$87 vs rencana \$75. Varian 16% — wajar, dan kamu bisa lanjut sesi dengan mental utuh.

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
SL mental	SL keras di broker, selalu
Geser SL menjauh saat rugi	Tidak pernah
SL di bawah \$1,50	Minimum \$1,50 pasar normal
SL \$8+ untuk scalp	Maksimum \$3–8; di atas itu transaksi harian
Lot sama untuk SL berbeda	Hitung lot per jarak SL
Tanpa buffer slippage	Tambah \$0,20–0,50 di luar invalidasi

POIN KUNCI

- SL scalping emas: \$1,50–3 normal, \$3–8 pasca-berita; di bawah \$1,50 = riak harga + spread.
- SL keras di broker, mutlak — tidak bisa dinegosiasikan saat posisi rugi.
- SL tidak pernah digeser menjauh; hanya menuju untung.
- $LOT = risiko \div (SL \times 100)$, bulatkan ke bawah.
- Buffer slippage \$0,20–0,50 wajib.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menentukan level invalidasi sebelum entry
- ☐ Saya sudah memasang SL keras di broker saat entry, bukan mental
- ☐ Saya sudah memastikan jarak SL \$1,50–3,00 untuk scalp normal
- ☐ Saya sudah menghitung lot dengan rumus $risiko \div (SL \times 100)$
- ☐ Saya sudah menambahkan buffer slippage \$0,20–0,50 di luar invalidasi
- ☐ Saya sudah menolak geser SL menjauh meski posisi rugi mengambang

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung lot lima setup Untuk modal dan risiko % aktualmu, hitung lot untuk SL \$1,50, \$2,00, \$2,50, \$3,00, dan \$5,00. Tulis dalam tabel dan cek ulang aritmetiknya.

Latihan 2 — Audit SL minggu lalu Dari jurnal, ambil 10 transaksi. Catat: SL rencana, SL aktual, apakah digeser, slippage. Berapa persen yang melanggar aturan?

Latihan 3 — Simulasi bencana Setup: entry 2.670, SL \$3, lot 0.10 (modal \$500, risiko 2%). Tulis skenario geser SL ke \$6 dan \$10. Hitung rugi masing-masing vs disiplin.

BAB 7.5**MENGUNCI UNTUNG DAN TRAILING STOP**

Mengunci untung adalah disiplin saudara dari disiplin stop loss. Tanpa aturan keluar yang jelas, scalper terjebak dalam siklus yang sama: untung kecil, untung kecil lagi, lalu "tunggu sedikit lagi" sampai posisi berbalik impas dan akhirnya rugi.

Scalping emas berbiaya tinggi. Kalau target kamu \$2 dan spread saat itu \$0,40, untung kotor \$2 hanya berarti untung bersih \$1,60. Keserakahan — menahan posisi melewati target — sering mengembalikan untung ke nol, lalu negatif. Bab ini membahas empat strategi keluar, cara memilihnya, dan contoh berangka lengkap.

Empat cara mengunci untung**A — Tutup mekanis (pemula)**

Cara pertama, dan yang paling cocok untuk pemula, adalah menutup posisi secara mekanis. Take profit dipasang di broker pada saat kamu membuka posisi, lalu tidak disentuh lagi. Begitu harga menyentuhnya, posisi tertutup seluruhnya. Keuntungannya, kamu tidak perlu mengambil keputusan apa pun saat posisi berjalan, jadi tidak ada celah untuk serakah. Kerugiannya, kalau harga ternyata melanjutkan gerakannya jauh melewati target, kamu hanya kehilangan bagian awalnya.

Strategi ini paling cocok untuk setup pembalikan di support/resistance, pantulan range Asia, dan kondisi pasca-berita di mana arah selanjutnya sulit diprediksi.

B — Tutup sebagian dan trail (menengah)

Strategi kedua cocok kalau kamu ingin mengamankan sebagian untung sambil tetap punya kesempatan menangkap lanjutan tren. Take profit pertama ditempatkan di 50% jarak target. Begitu tercapai, tutup 50% lot dan geser stop loss posisi sisa ke impas. Take profit kedua di 100% target untuk menutup sisa posisi. Setelah TP1 tercapai, risiko posisi sisa sudah nol — kamu tidak bisa rugi meski harga berbalik.

Strategi ini cocok untuk pullback EMA dan breakout, di mana lanjutan tren masuk akal tapi kamu ingin mengamankan sebagian untung lebih dulu.

C — Trail progresif (lanjutan)

Strategi ketiga tidak memakai take profit tetap. Sebagai gantinya, stop loss digeser naik (long) atau turun (short) mengikuti pergerakan harga. Aturan umum: setiap kali untung naik \$2, geser stop loss \$1,50 ke arah untung. Stop loss mengikuti struktur — swing low terakhir untuk long, swing high terakhir untuk short — bukan jarak sembarang di belakang harga.

Kenapa trail terlalu ketat merugikan? Kalau stop loss hanya \$1 di belakang harga, riak harga normal emas (\$0,30–0,50) akan menghentikan posisi sebelum tren benar-benar berjalan. Scalper yang trail terlalu agresif sering melihat untung \$3 berubah jadi rugi \$2 karena satu lilin counter sebelum arah utama lanjut. Trail harus cukup lebar untuk menyerap fluktuasi normal, tapi cukup dekat untuk mengunci sebagian untung.

D — Batas waktu

Strategi keempat menambahkan batas waktu menahan posisi. Scalp murni seharusnya selesai dalam 10–15 menit. Di menit ke-10, kalau untung masih di bawah 50% target, tutup posisi. Di menit ke-15, tutup apapun kondisinya. Strategi ini mencegah scalp yang "terjebak" — posisi terbuka terlalu lama, spread dan swap menumpuk, dan mental mulai goyah.

Pilih strategi per setup

Setup	Strategi cocok
Pullback EMA (lanjutan)	B atau C
Pantulan S/R (pembalikan)	A
Lanjutan tren kuat	C
Breakout	B atau C
Pasca-berita	A (volatilitas tidak prediktif)
Pantulan range (Asia)	A

Tentukan strategi sebelum entry dan tulis di catatan. Jangan ganti saat posisi sudah terbuka — keputusan di tengah posisi hampir selalu didorong emosi, bukan logika.

Contoh berangka lengkap

Modal \$5.000, risiko 1% = \$50 per transaksi.

Setup pullback EMA: entry buy di 2.675,00, stop loss di 2.672,00 (jarak \$3,00), target di 2.681,00 (jarak \$6,00), RR 1:2.

$$\text{LOT} = \$50 \div (\$3,00 \times 100) = \$50 \div \$300 = 0,16 \text{ lot}$$

Kamu bulatkan ke bawah: 0,16 lot.

Strategi A (tutup mekanis): Kamu pasang take profit di 2.681,00. Harga naik dan menyentuh target. Untung kotor sebesar $0,16 \times 100 \times \$6,00$, yaitu \$96. Setelah spread \$0,40 per sisi (masuk dan keluar), biaya sekitar \$13, sehingga untung bersih sekitar \$83.

Strategi B (sebagian + trail): Take profit pertama di 2.678,00 (50% jarak target, atau \$3). Begitu tercapai, kamu tutup 0,08 lot dan mengunci untung \$24, lalu geser stop loss sisa ke 2.675,00 (impas). Take profit kedua di 2.681,00 menutup sisa 0,08 lot dengan untung \$24 lagi. Total kotor \$48, minus biaya sekitar \$13, bersih sekitar \$35. Hasil ini lebih kecil dari strategi A kalau harga langsung ke target penuh, tapi kamu sudah mengamankan \$24 di tengah jalan sebelum harga sempat berbalik.

Tanpa aturan (keserakahan): Harga naik ke 2.678 (+\$3) dan kamu berpikir "lagi enak". Naik ke 2.680 (+\$5), "hampir TP". Sentuh 2.681 (+\$6), "tren kuat, lanjut". Harga berbalik ke entry, lalu ke

stop loss. Hasil akhir rugi \$48 — padahal kalau tutup di take profit, untung \$96. Selisih \$144 dari satu keputusan emosional.

Perbedaannya bukan keberuntungan, melainkan apakah kamu punya aturan sebelum emosi mengambil alih.

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Entry tanpa rencana keluar	Tentukan strategi A/B/C/D sebelum entry
"Sedikit lagi" melewati TP	TP tercapai = tutup atau trail mekanis
Kunci terlalu cepat (panik)	Kunci di level 50%, 75%, 100% — bukan panik
Trail terlalu ketat	Trail mengikuti struktur, bukan \$1 di belakang harga
Ganti strategi saat posisi berjalan	Strategi tetap saat entry
Aturan berbeda saat untung/rugi beruntun	Mekanis, bukan emosional

POIN KUNCI

- Mengunci untung mencegah spiral untung-kecil, menahan posisi terlalu lama, lalu rugi.
- Empat strategi: mekanis, sebagian+trail, progresif, batas waktu.
- Tentukan strategi sebelum entry; jangan ganti saat posisi terbuka.
- Take profit yang dipasang di broker menghilangkan momen ragu saat target tercapai.
- Scalping emas: spread memakan porsi untung; kunci cepat lebih masuk akal daripada menahan posisi terlalu lama.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah memilih strategi keluar (A/B/C/D) sebelum setiap entry
- ☐ Saya sudah memasang TP di broker (atau aturan trail tertulis) saat entry
- ☐ Saya sudah menutup atau trail sesuai rencana, tanpa "sedikit lagi"
- ☐ Saya sudah menolak ganti strategi saat posisi berjalan
- ☐ Saya sudah catat: apakah menahan posisi lebih lama memang lebih untung? (tinjauan mingguan)

LATIHAN

Latihan 1 — Bandingkan empat strategi Satu setup historis yang kamu kenal. Simulasikan keluar dengan A, B, C, D. Mana hasil terbaik? Mana paling realistis untuk levelmu?

Latihan 2 — Catat keserakahan 10 transaksi: catat momen kamu tergoda menahan posisi melewati TP. Skor godaan 1–10. Korelasi dengan hasil akhir?

Latihan 3 — Pasang TP mekanis Di demo, 10 transaksi berturut-turut pakai strategi A (TP di broker). Catat apakah kamu pernah membatalkan aturan sendiri secara manual. Target: nol pembatalan.

BAB 7.6**ANTI TRANSAKSI BERLEBIHAN**

Transaksi berlebihan adalah penyakit nomor satu scalper ritel. Rata-rata scalper ritel melakukan 18–25 transaksi per sesi, padahal optimalnya hanya 5–8. Sekitar 70% transaksi ritel adalah transaksi yang tidak perlu: setup ragu atau tolak, kondisi emosional buruk, pasar salah, bosan menunggu, atau balas dendam setelah rugi.

Efek dalam 30 hari: 600+ transaksi berlebih, \$1.000–3.000 biaya spread tambahan, menguras akun 3–5%, kelelahan mental. Aturan anti-transaksi-berlebihan adalah perbaikan tunggal terbesar yang bisa dilakukan scalper ritel.

Kenapa transaksi berlebihan muncul setelah rugi

Setelah stop loss kena, otak trader ritel masuk mode "pulihkan". Mental miring, kualitas keputusan turun, tapi frekuensi transaksi justru naik. Trader berpikir: "Kalau saya transaksi lebih sering, pasti ada yang untung."

Secara matematis, setiap transaksi tambahan membayar spread \$0,20–0,50 per putaran. Kalau 15 transaksi dari 20 adalah setup tolak dengan persentase untung 40%, kamu membayar biaya spread untuk transaksi yang seharusnya tidak ada. Rugi \$50 dari tiga SL, lalu 10 transaksi pemulihan dengan net $-\$30$, plus spread $\$4 = -\$84$ hari itu — padahal cukup berhenti setelah SL ketiga.

Transaksi berlebihan setelah rugi bukan strategi pemulihan. Itu reaksi emosional yang memperburuk kerugian.

Empat jenis transaksi berlebihan

Kuantitas berarti transaksi lebih banyak dari setup layak yang tersedia — 15+ transaksi padahal hanya 3–5 setup layak muncul. Trader memaksa entry karena bosan menunggu.

Frekuensi berarti transaksi berturut-turut tanpa jeda. Kualitas keputusan turun karena otak tidak sempat mengatur ulang. Transaksi ke-5 dalam satu jam jarang sebagus transaksi ke-1.

Emosional muncul dari FOMO, balas dendam, terlalu percaya diri setelah untung beruntun, bosan, atau butuh validasi dari pasar.

Dipaksa terjadi saat standar diturunkan: setup "hampir sempurna" tetap di-entry karena sudah lama tidak transaksi.

Tujuh aturan keras**1. Batas transaksi per sesi**

Tulis batas transaksi sebelum buka chart: maksimum 5 transaksi di 90 menit pertama, maksimum 8 per sesi penuh (3–4 jam), maksimum 12 per hari kalau multi-sesi. Batas tercapai berarti stop, meski setup layak muncul setelahnya. Setup layak yang lewat karena batas bukan kerugian — itu disiplin.

2. Jeda antar transaksi

Minimum 10 menit antara transaksi berturut-turut. Gunakan waktu itu untuk mengatur ulang mental, memeriksa ulang kondisi pasar, dan menulis catatan transaksi sebelumnya.

3. Aturan 3 SL

Tiga SL dalam satu sesi berarti stop segera. Istirahat minimal 30 menit. Kalau kembali: lot separuh, setup layak saja, maksimum 3 transaksi lagi. Lima SL dalam sehari berarti stop hari itu.

4. Batas rugi harian

2–3% akun, batas keras. Di 75% batas (misal $-\$150$ dari $-\$200$): jeda, evaluasi, lot separuh.

5. Target untung harian (batas lunak)

+2–3% akun. Di +2%: pertimbangkan stop atau lanjut sangat hati-hati. Di +3%: stop, amankan hari.

6. Setup layak saja

Konfluens 4+, kesesuaian antar rentang waktu, filter 4 lapisan lulus. Setup ragu: opsional, lot separuh. Setup tolak: lewati. 60 menit tanpa setup layak berarti istirahat, jangan paksa.

7. Tidak ada transaksi pemulihan di hari yang sama

Setelah SL: jeda minimal 30 menit. Transaksi pemulihan di hari yang sama hampir selalu emosional, bukan strategis.

Contoh berangka: biaya transaksi berlebihan

Modal \$5.000, risiko 1% = \$50 per transaksi, spread rata-rata \$0,40 per putaran.

Bayangkan satu sesi tanpa aturan: 20 transaksi dalam empat jam. Satu setup layak untung \$60. Empat setup ragu — dua menang (+\$30) dan dua rugi (−\$50). Lima belas setup tolak — enam menang (+\$90) dan sembilan rugi (−\$270). Net dari trading saja sudah −\$140. Spread 20 transaksi dengan lot rata-rata 0,15 menambah sekitar \$240 biaya. Total hari itu sekitar −\$380, plus mental hancur.

Sesi yang sama dengan batas 8 transaksi: empat setup layak — tiga menang (+\$180), satu rugi (−\$50). Satu setup ragu sengaja dilewati. Net trading +\$130. Spread lima transaksi sekitar \$60. Total hari sekitar +\$70, mental masih segar.

Keterampilan analisis sama. Perbedaannya hanya apakah kamu transaksi 20 kali atau 5 kali.

Kenapa batas transaksi begitu penting? Setiap transaksi tambahan bukan transaksi "gratis" — ia punya biaya spread dan risiko rugi. Scalper yang membatasi diri pada 5–8 transaksi layak per sesi memaksa diri memilih setup terbaik, bukan setup pertama yang terlihat. Itu satu-satunya cara frekuensi turun tanpa kualitas analisis turun.

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Tanpa batas, "lihat nanti"	Batas tertulis, wajib
"Satu lagi" setelah batas	Batas absolut
Abaikan aturan 3 SL	Tiga SL = istirahat wajib
Lanjut setelah +3%	Target untung = batas lunak
Pemulihan setelah SL	Jeda 30 menit minimum
Turunkan standar saat sepi	Tidak ada setup = tidak transaksi

POIN KUNCI

- 70% transaksi scalper ritel tidak perlu; kurangi frekuensi, naikan kualitas.
- Batas transaksi, jeda 10 menit, aturan 3 SL, batas rugi 2–3%, setup layak saja.
- Transaksi pemulihan setelah SL adalah jebakan emosional.
- Scalping emas: setiap transaksi berbayar spread \$0,20–0,50; transaksi berlebihan membakar akun lewat biaya.
- Lewati lebih banyak, menang lebih banyak — terdengar berlawanan dengan naluri, tapi matematis benar.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah menulis batas transaksi, batas rugi, dan target untung sebelum sesi
- ☐ Saya sudah menjeda minimal 10 menit antar transaksi
- ☐ Saya sudah stop sesi setelah tiga SL berturut-turut
- ☐ Saya sudah lewati setup ragu/tolak meski bosan menunggu
- ☐ Saya sudah menolak transaksi pemulihan dalam 30 menit setelah SL
- ☐ Saya sudah berhenti saat batas transaksi tercapai

LATIHAN

Latihan 1 — Audit frekuensi Dari jurnal 2 minggu: rata-rata transaksi per sesi. Tandai mana layak/ragu/tolak. Berapa persen tolak? Hitung biaya spread total.

Latihan 2 — Simulasi batas Simulasi ulang satu sesi buruk dengan batas 8 transaksi dan aturan 3 SL. Hitung P/L hipotetis vs aktual.

Latihan 3 — Hari lewati Satu hari trading: target maksimum 5 transaksi layak. Catat berapa kali kamu tergoda transaksi berlebihan (1–10). Disiplin = skor tergoda di bawah 4.

BAB 7.7

RANGE TRADING SAAT PASAR MENYAMPING

Emas tidak selalu trending. Ada hari dan minggu di mana harga bergerak menyamping dalam range lebar. Trader trend bingung; trader range panen — asalkan ia tahu kapan mode range aktif dan kapan berhenti.

Scalping di range Asia berarti spread \$0,40–0,80, target \$3–5, stop loss \$1,50–2,50 di luar batas range. Biaya masuk tetap signifikan; range trading bukan "untung kecil mudah".

Tanda pasar ranging

Puncak lebih tinggi dan lembah lebih rendah tidak terbentuk. Harga memantul berulang di support dan resistance yang sama. EMA datar. ATR menurun, artinya volatilitas berkurang. Kombinasi ini menandakan pasar sedang ranging, bukan trending.

Lebar range minimum yang layak

Ini pertanyaan yang sering terlewat pemula: seberapa sempit range masih bisa di-scalp?

Untuk emas dengan spread \$0,20–0,50 per sisi, range yang lebih sempit dari \$4 tidak menyisakan cukup ruang untuk stop loss di luar batas plus target yang sepadan. Mari kita hitung.

Misal range M15 Asia: support 2.650, resistance 2.654 — lebar hanya \$4. Kamu buy di support 2.650,50 setelah lilin penolakan. Stop loss \$2 di luar support: 2.648,50. Target ke tengah range: 2.652,50 (\$2 jarak). RR 1:1 — sudah marginal.

Sekarang masukkan biaya. Spread \$0,40 per sisi berarti \$0,80 per putaran dalam satuan harga. Target kotor \$2, tapi biaya masuk \$0,80 — hanya \$1,20 untung bersih sebelum harga bergerak. Kalau lot 0,10:

```
LOT = $50 ÷ ($2,00 × 100) = 0,25 lot
Untung kotor jika TP tercapai: 0,25 × 100 × $2,00 = $50
Biaya spread: 0,25 × 100 × $0,80 = $20
Untung bersih: $30
```

Terlihat OK, tapi range \$4 sangat sempit. Satu lilin counter \$1,50 sudah hampir menguji SL. Riak harga normal emas (\$0,30–0,50) memakan sebagian besar ruang range. Persentase untung pantulan range sempit jauh di bawah range lebar.

Aturan praktis: untuk scalp range Asia, lebar range minimum \$8–10. Di bawah \$4, lewati — tidak ada ruang untuk SL di luar batas, target sepadan, dan biaya spread sekaligus.

Dengan range \$10 (support 2.650, resistance 2.660), kamu buy di 2.651 dengan stop loss di 2.648,50 (\$2,50 di luar batas). Take profit di 2.657 (\$6 jarak, 60% lebar range) memberi RR 1:2,4 — jauh lebih sehat. Spread \$0,80 dari target \$6 hanya 13% biaya, masih masuk akal.

Setup range XAUUSD

Identifikasi range jelas di H4 atau D1 dengan minimal 3 sentuhan per sisi. Tarik garis support dan resistance. Tunggu harga ke salah satu sisi, lalu tunggu konfirmasi lilin penolakan. Buy di support, sell di resistance. Stop loss di luar range plus buffer \$0,50. Take profit di sisi lawan atau 70% lebar range — RR 1:2–1:3 sering tercapai kalau range cukup lebar.

Contoh berangka: scalp range Asia

Range M15 Asia: support 2.670, resistance 2.682 — lebar \$12. Spread saat entry \$0,45.

Harga turun ke 2.671, pin bar bullish di 2.670. Entry buy 2.672 (penutupan pin bar). SL 2.667,50 (\$2,50 di luar support + buffer). TP 2.680 (\$8 jarak, sekitar 67% lebar range).

Modal \$5.000, risiko 1% = \$50.

$$\text{LOT} = \$50 \div (\$2,50 \times 100) = \$50 \div \$250 = 0,20 \text{ lot}$$

Harga naik ke 2.680 dan take profit tercapai. Untung kotor $0,20 \times 100 \times \$8,00 = \$160$. Biaya spread $0,20 \times 100 \times \$0,90$ (masuk + keluar) = \$18. Untung bersih sekitar \$142.

Kalau range hanya \$4 dengan setup sama, TP maksimum ke resistance hanya \$4 jarak, RR 1:1,6, dan riak harga bisa menghentikan posisi sebelum target — itulah sebabnya range sempit gagal.

Contoh range lebar (intraday/swing)

XAUUSD H4 menyamping 2.020–2.050 selama 2 minggu — lebar \$30.

Harga turun ke 2.022, pin bar bullish di 2.020. Entry buy 2.025 (penutupan pin bar). SL 2.015 (\$10 di luar ekor — ini intraday/swing di range lebar, bukan scalp M5). TP 2.047 (RR 1:2,2).

Ini bukan scalp, tapi menunjukkan bahwa range lebar memberi ruang napas yang range sempit tidak punya.

Kapan berhenti range trading

Range tidak abadi. Breakout terkonfirmasi — ditutup di luar range dengan momentum — berarti hentikan mode range. Beralih ke setup tren (BAGIAN 7 Bab 8). Range yang sudah breakout dan kembali ke dalam sering jadi jebakan; tunggu konfirmasi arah baru.

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Paksa setup tren di range	Ganti mode
Entry tanpa konfirmasi lilin	Tunggu penolakan

SL di dalam range

SL di luar + buffer

Lanjut range setelah breakout

Stop mode range

POIN KUNCI

- Trader fleksibel mengalahkan trader kaku: mode range berbeda dari mode tren.
- Range jelas butuh minimal 3 sentuhan per sisi sebelum dipercaya.
- Range lebih sempit dari \$4 tidak layak untuk scalp emas; minimum praktis \$8–10.
- Scalp range: SL \$1,50–2,50, TP \$3–5, spread tetap memakan porsi untung.
- Breakout terkonfirmasi berarti hentikan range trading.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah bisa membedakan pasar trending vs ranging sebelum entry
- ☐ Saya sudah tidak memaksa setup tren di pasar ranging
- ☐ Saya sudah menunggu konfirmasi lilin di S/R sebelum entry
- ☐ Saya sudah memasang SL di luar range dengan buffer
- ☐ Saya sudah berhenti range trading saat breakout terkonfirmasi

LATIHAN

Latihan 1 — Identifikasi range Di chart H4 emas, tandai 5 periode ranging dalam 3 bulan. Catat lebar range, jumlah sentuhan, durasi. Apakah pantulan ke-3+ memang lebih andal?

Latihan 2 — Scalp range Asia Satu sesi Asia: identifikasi range M15, tunggu sentuhan batas + lilin penolakan. Simulasikan (demo) entry dengan SL \$2, TP \$4. Catat spread saat entry dan persentase biaya.

Latihan 3 — Breakout drill Cari 3 breakout dari range historis. Catat: apakah ditutup di luar range ditambah volume menjadi sinyal berhenti range? Tulis aturan pribadi "kapan saya beralih ke mode tren".

BAB 7.8**SETUP SCALPING NYATA**

Delapan bab sebelumnya membahas aturan dan kerangka. Bab ini membahas setup spesifik yang bisa dieksekusi — dengan SL \$1,50–3, target \$3–8 setelah spread, dan lot dihitung dari rumus.

Fokuskan 2–3 setup setelah uji 30+ transaksi masing-masing. Menguasai sedikit lebih baik daripada rata-rata di semua. Setiap setup punya karakter berbeda: pullback EMA cocok untuk tren, pantulan S/R untuk level mapan, sapuan likuiditas lalu berbalik arah untuk London open. Pilih yang sesuai jam trading dan gaya kamu, bukan yang paling populer di komunitas.

Setup 1 — Pullback EMA 20

Setup pullback EMA 20 bekerja saat tren M5 sudah jelas: EMA 20 dan 50 searah, volume cukup, dan harga menarik balik ke EMA 20. Kamu menunggu harga menyentuh EMA 20 lalu muncul lilin pantulan — pin bar atau engulfing — yang ditutup kembali searah tren. Entry di penutupan lilin konfirmasi itu.

Stop loss ditempatkan di bawah low pullback plus buffer \$0,50, sehingga jarak tipikal \$2,00–3,00. Take profit di swing sebelumnya atau $2 \times$ jarak SL, tipikal \$4–6. Untuk mengunci profit, pakai strategi B (tutup sebagian + trail).

Setup layak kalau kesesuaian antar rentang waktu searah, ada S/R dekat, lilin kuat, lonjakan volume, dan sesi London 14:30–17:00 atau NY 20:30–22:30. Kalau hanya 3 dari 5 faktor konfluens, lot separuh. Lewati kalau tren lemah.

Setup 2 — Pantulan S/R

Setup ini muncul saat harga mendekati support atau resistance mapan yang sudah beberapa kali disentuh, dengan momentum yang jelas. Pemicu masuk: harga menyentuh level, muncul lilin penolakan, lalu ditutup menjauh dari level tersebut.

Stop loss ditempatkan di luar level plus buffer \$0,50, sehingga jarak tipikal \$1,50–2,50. Take profit di sisi lawan range atau $2 \times$ jarak stop loss, sekitar \$3–5. Strategi keluar A (tutup mekanis) paling cocok karena pembalikan bisa cepat berbalik.

Layak kalau levelnya penting di rentang waktu harian atau mingguan, angka bulat, ekor penolakan jelas, sesi overlap. Lewati kalau level sekunder atau tren lawan sangat kuat.

Setup 3 — Tarik balik kecil lanjutan tren

Saat tren M5 kuat, harga kadang hanya tarik balik sebentar ke EMA 9 di M1 sebelum melanjutkan. Kamu menunggu pantulan di M1 lalu masuk lagi searah tren.

Stop loss di bawah low tarik balik plus buffer, tipikal \$1,50–2,00 — minimum \$1,50, bukan \$0,30. Take profit \$2,50–4,00 atau $1,5 \times$ jarak SL. Pakai strategi A atau D (batas waktu 5–10 menit) karena setup ini harus cepat selesai.

Layak kalau momentum kuat dan tarik balik dangkal. Lewati kalau pasar bolak-balik tanpa arah atau tren lemah.

Setup 4 — Sapuan likuiditas dan berbalik arah

Harga kadang menyapu likuiditas di high/low Asia atau high/low sesi, lalu langsung berbalik. Pemicu masuk: ekor melampaui level, muncul lilin pembalikan M5, ditutup kembali di dalam range.

Stop loss di luar ekstrem sapuan plus \$0,50, jarak \$2,00–3,00. Take profit \$4–6 atau $2 \times$ jarak SL. Strategi B cocok karena lanjutan setelah sapuan sering panjang.

Layak kalau level penting, pembalikan kuat, optimal di London open 14:30–15:30. Lewati sapuan acak tanpa level mapan.

Setup 5 — Pantulan range (Asia)

Saat range jelas lebar \$10–15, harga di batas, dan level sudah multi-sentuh, kamu bisa scalp pantulan. Stop loss di luar batas plus buffer, \$1,50–2,50. Take profit di tengah range atau 70% lebar, \$3–5. Strategi A.

Spread Asia \$0,40–0,80 — target \$3 minimum agar biaya tidak dominan. Di sesi Asia, pilih setup pantulan range saja dan gunakan lot separuh karena volatilitas lebih rendah.

Setup 6 — Pasca-berita

Setelah rilis data penting 30+ menit lalu dan arah sudah mapan, spread normal, kamu bisa ikut arah yang sudah terbentuk. Stop loss \$3–8 (lebih lebar, bukan scalp M1 murni). Take profit \$6–15. Strategi A atau B.

Layak kalau reaksi bersih dan arah sudah jelas beberapa lilin. Lewati kalau whipsaw masih berlangsung atau masih dalam jendela T–5 sampai T+15. Lot separuh karena volatilitas.

Setup 7 — Breakout gagal

Level diuji berkali-kali, percobaan breakout gagal, ditutup kembali di dalam range — itu sinyal balik arah setelah breakout gagal. Stop loss di luar ekstrem breakout, \$2,50–3,00. Take profit di sisi lawan range, \$5–8. Strategi B.

Contoh berangka: pullback EMA 20

Modal \$5.000, risiko 1% = \$50. Entry buy 2.675, SL 2.672 (\$3), TP 2.681 (\$6).

$$\text{LOT} = \$50 \div (\$3,00 \times 100) = 0,16 \text{ lot}$$

Untung jika TP tercapai: $0,16 \times 100 \times \$6 = \$96$. Biaya spread sekitar \$13. Untung bersih sekitar \$83. Lot dihitung dari jarak SL, bukan dari perasaan — itu aturan yang sama untuk semua setup di atas.

Pelacakan performa per setup

Setelah 30+ transaksi per setup, catat persentase untung dan P/L rata-rata. Fokus ke 2–3 terbaik; kurangi atau hentikan yang hasilnya di bawah standar. Pelacakan per setup lebih penting daripada pelacakan per hari — kamu perlu tahu setup mana yang benar-benar memberi keunggulan statistik, bukan hanya hari mana yang untung.

Setup | Total | Menang | Rugi | % untung | P/L rata-rata | Sesi terbaik

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Coba semua 7 sekaligus	Uji 30+, fokus 2–3
Ganti setup tiap minggu	Minimum 30 transaksi sebelum putusan
Paksa setup di kondisi salah	Setup + kondisi pasar harus cocok
Lot sama untuk SL berbeda	Hitung per jarak SL
Tanpa pelacakan per setup	Tinjauan bulanan

POIN KUNCI

- Tujuh setup: pullback EMA, pantulan S/R, tarik balik kecil, sapuan likuiditas + berbalik arah, pantulan range, pasca-berita, breakout gagal.
- SL scalping: \$1,50–3 normal; $\text{lot} = \text{risiko} \div (\text{SL} \times 100)$.
- Spread \$0,20–0,50 memakan 10–25% target \$3 — pilih setup dan sesi dengan biaya terendah.
- Uji 30 transaksi per setup, fokus 2–3 terbaik.
- Setup yang ditolak harus dilewati; setup dan kondisi pasar harus selaras.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah memilih 2–3 setup fokus dan menulis aturan entry/SL/TP masing-masing
- ☐ Saya sudah memastikan SL tidak di bawah \$1,50 untuk scalp normal
- ☐ Saya sudah menghitung lot per setup dengan rumus $\text{risiko} \div (\text{SL} \times 100)$
- ☐ Saya sudah mengecek spread sebelum entry ($< \$0,50$ ideal)
- ☐ Saya sudah mencatat mutu setup (layak/ragu/tolak) per transaksi
- ☐ Saya sudah meninjau performa per setup di jurnal mingguan

LATIHAN

Latihan 1 — Kartu setup Buat kartu satu halaman per setup fokus: konteks, pemicu masuk, SL, TP, strategi keluar, mutu layak. Tempel di dekat monitor.

Latihan 2 — Backtest 20 bar Di chart M5, tandai 20 momen setup fokusmu tanpa melihat hasil. Catat apakah filter 4 lapisan lulus. Bandingkan dengan hasil setelahnya.

Latihan 3 — Tabel performa Isi template pelacakan untuk setup #1 selama 30 transaksi demo. Identifikasi: sesi mana persentase untung tertinggi? SL rata-rata? Apakah perlu disesuaikan?

BAB 7.9

RUTINITAS HARIAN: SEBELUM, SAAT, SESUDAH

Scalping emas butuh struktur harian yang menyatukan sikap, filter kondisi pasar, filter entry, SL, kunci untung, dan aturan anti-transaksi-berlebihan. Tanpa rutinitas, performa naik-turun dan mental habis — trader yang tidak punya ritual tetap akan kembali ke kebiasaan lama saat tekanan muncul.

Bab ini satu alur utuh: persiapan, sesi, penutupan — untuk scalper Indonesia dengan jadwal kerja berbeda. Scalping hanya layak di jendela sempit (sekitar 20–30% jam per minggu); rutinitas memastikan kamu hadir di jendela itu, bukan di zona mati.

Jendela scalping emas (WIB)

Jendela	Status	Karakter	Setup cocok
14:00–15:00	Unggulan	Sapuan likuiditas London, spread tipis	Setup 4 (sapuan likuiditas + berbalik arah)
15:00–17:00	Baik	Tren mid-London	Setup 1, 3
20:30–22:30	Unggulan	Overlap NY, volume tertinggi	Setup 1, 4, 6
07:00–13:00	Hati-hati	Asia, spread \$0,40–0,80	Setup 5 (range) saja, lot separuh
18:00–20:00	Kurangi	Pra-NY bolak-balik	Persiapan, bukan scalp agresif
23:00–06:00	Tolak	Late NY + zona mati	Tidak scalp

Hindari selalu: 5 menit sebelum/sesudah rilis data utama; Jumat setelah 22:00; spread di atas \$0,80.

Profil rutinitas

Pilih profil yang cocok, adaptasi batas transaksi dan setup fokus.

Profil kantor (09:00–17:00 kerja)

- Jendela trading: 20:00–23:00 WIB (pre-NY + overlap)
- Rutinitas: 07:00 periksa kalender (5 menit); 17:00 pulang; 19:30 persiapan chart; 20:00 observasi 30 menit; 20:30–22:30 scalp; 23:00 jurnal + tutup
- Setup fokus: 1, 4, 6
- Batas: 5 transaksi, rugi 2%, untung 2%

Profil WFH

- Jendela: 14:00–18:00 (London)
- Rutinitas: 13:00 persiapan; 14:00 observasi; 14:30–17:00 scalp; 18:00 jurnal
- Setup fokus: 4, 1, 2
- Batas: 6–8 transaksi

Profil shift malam

- Jendela: 09:00–12:00 (Asia)
- Setup fokus: 5, 2 (range)
- Batas: 3–4 transaksi, rugi 1,5%, target 1–1,5% (spread Asia lebih mahal)

Profil full-time

- Jendela: 14:30–17:00 + 20:30–22:30 (maks 2 sesi, istirahat di antaranya)
- Batas: 8–13 total/hari, rugi 3%
- Risiko: transaksi berlebihan karena waktu luang — batas wajib

Rutinitas sebelum sesi (45 menit)

T–45 menit: periksa tidur, stres, energi (minimal 6/10). HP jangan ganggu. Snack dan air. Toilet.

T–30 menit: buka kalender ekonomi, tandai rilis 4 jam ke depan. Catat arah H4/H1. Alarm untuk rilis.

T–15 menit: layout chart (M1, M5, M15, H1). EMA 20/50 M5. Login platform. Tes alat SL/TP.

T–5 menit: batas transaksi, rugi, dan untung hari ini tertulis. Filter 4 lapisan terlihat. Mental: mode operator.

T–0: observasi 15–30 menit tanpa transaksi. Baru cari setup.

Rutinitas saat sesi

- Pemeriksaan 30 detik + filter 4 lapisan sebelum setiap entry
- Jeda 10 menit antar transaksi
- Istirahat 5 menit setiap 5 transaksi
- Tiga SL berturut-turut berarti stop sesi
- Batas tercapai berarti stop, tanpa "satu lagi"

Rutinitas setelah sesi (15 menit)

T+0: tutup chart, screenshot momen penting.

T+5: jurnal setiap transaksi (setup, mutu, SL, TP, spread, hasil).

T+10: hitung P/L bersih termasuk spread. Update spreadsheet. Pola hari ini?

T+15 menit: skor disiplin 1–10. Ringkasan besok (rilis, sesi, setup fokus). Ritual penutup mental (jalan, makan, hobi) — bukan langsung menggulir chart.

Ritme mingguan dan bulanan

Minggu (Minggu sore): agregat transaksi, persentase untung per setup, kepatuhan disiplin, setup terbaik/terburuk, rencana minggu depan.

Bulan (Minggu terakhir): tinjauan performa semua setup, pola kesalahan, penyesuaian strategi, lacak target.

Kesalahan umum

Kesalahan	Aturan
Trading tanpa jadwal tetap	Rutinitas wajib, meski 1 jam
Terlalu kaku memicu kelelahan	70% tetap, 30% fleksibel
Lewati rutinitas "sekali saja"	Sesuaikan intensitas, jangan lewati total
3 sesi/hari tanpa istirahat	Maks 2 sesi, istirahat di antaranya
Trading di luar profil	Sesuaikan profil dari data, bukan impuls
Tutup laptop tanpa ritual penutup	Ritual mental wajib

POIN KUNCI

- Rutinitas adalah tulang punggung scalping konsisten.
- Scalping layak hanya di jendela sempit; rutinitas menempatkanmu di sana.
- Pre-sesi 45 menit + post-sesi 15 menit wajib.
- Maks 2 sesi per hari, batas transaksi/rugi tertulis sebelum buka chart.
- Spread dan biaya masuk dihitung di tinjauan harian, bukan diabaikan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya sudah memilih profil rutinitas dan menulis jendela trading WIB saya
- ☐ Saya sudah menjalankan persiapan 45 menit sebelum sesi terakhir
- ☐ Saya sudah observasi 15–30 menit sebelum transaksi pertama
- ☐ Saya sudah menjalankan jurnal + hitung P/L bersih dalam 15 menit setelah sesi
- ☐ Saya sudah melakukan ritual penutup mental setelah trading
- ☐ Saya sudah meninjau mingguan performa per setup

LATIHAN

Latihan 1 — Tulis rutinitas pribadi Isi template:

Profil saya : ____
Jendela WIB : ____ sampai ____
Prep (menit) : ____
Batas transaksi : ____
Batas rugi (\$) : ____
Setup fokus (2–3): ____
Ritual penutup : ____

Tempel di meja trading. Pakai 5 hari berturut-turut.

Latihan 2 — Audit disiplin rutinitas Satu minggu, centang setiap langkah prep/sesi/post yang dilakukan. Skor kepatuhan %. Di bawah 70% = sederhanakan rutinitas, jangan hapus.

Latihan 3 — Simulasi hari tanpa jendela Identifikasi 3 hari minggu ini tanpa jendela layak (rilis data, zona mati). Rencanakan: apa yang dilakukan saat itu selain trading? Tujuannya mencegah "buka chart karena bosan".

BAGIAN 8

PSIKOLOGI TRADER EMAS

10 BAB

BAB 8.1

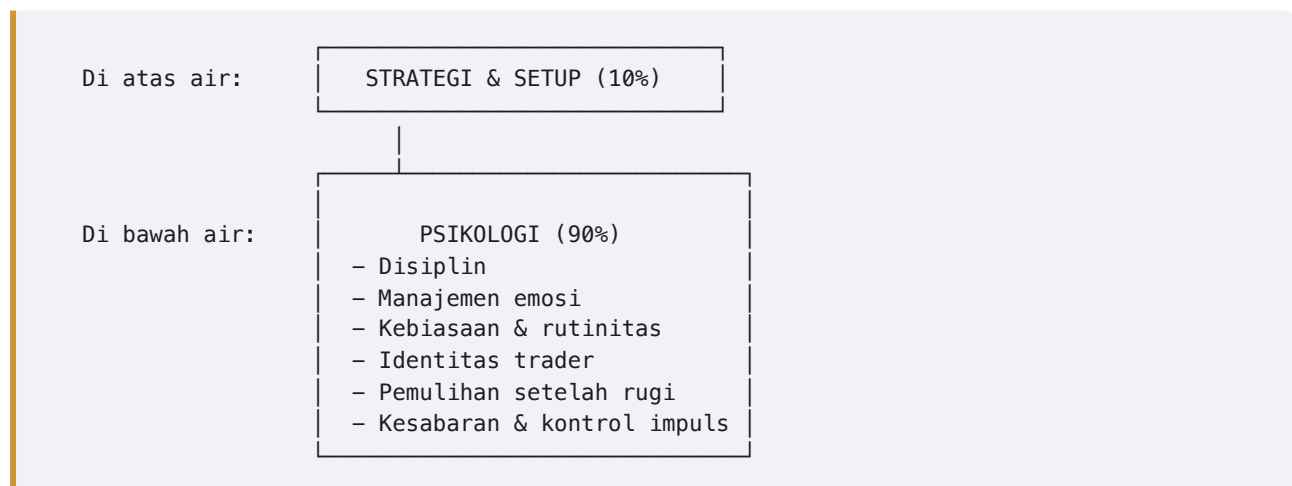
PSIKOLOGI VERSUS STRATEGI

Ada eksperimen klasik: berikan strategi yang terbukti untung ke seratus trader. Setelah satu tahun, hasilnya terbagi tiga — sekitar lima sampai sepuluh persen untung sesuai ekspektasi, tiga puluh sampai empat puluh persen impas atau rugi kecil, lima puluh sampai enam puluh lima persen rugi signifikan atau margin call.

Strateginya sama. Hasilnya berbeda. Variabelnya bukan sistem, bukan modal, bukan broker. Yang berbeda adalah **eksekusi** — dan eksekusi adalah fungsi mental.

Iceberg trader

Trader bisa diibaratkan iceberg:



Yang terlihat dari trader berpengalaman: setup, entry, exit. Yang tidak terlihat tapi menentukan: semua hal di bawah air. Pemula fokus ke sepuluh persen di atas. Trader berpengalaman habiskan energi di sembilan puluh persen di bawah.

Kenapa otak mengkhianati trader

Otak manusia tidak dirancang untuk trading. Otak dirancang untuk bertahan hidup di lingkungan berbahaya, bukan untuk menekan buy/sell di pasar emas yang volatil.

Beberapa kecenderungan berpikir yang konsisten menyabotase trader:

1. Aversi rugi (Kahneman & Tversky)

Riset menunjukkan: manusia merasakan kerugian dua kali lebih intens daripada keuntungan dengan nilai sama. Rugi \$50 terasa seperti kehilangan \$100; untung \$50 terasa seperti mendapat \$25.

Implikasinya di trading:

- Kamu tahan rugi terlalu lama (geser stop loss) untuk menghindari rasa kalah
- Kamu tutup untung terlalu cepat untuk amankan yang sudah ada

- Persentase transaksi untung tinggi, tapi profit factor rendah — hasil akhir impas atau rugi

2. Biaya tenggelam (sunk cost)

"Saya sudah rugi \$100. Kalau berhenti sekarang, ruginya jadi nyata."

Otak menolak mengaku kalah. Lebih memilih lanjutkan posisi rugi daripada menerima realisasi kerugian.

Implikasinya:

- Averaging saat floating rugi
- Tahan posisi rugi hingga margin call
- Deposit ulang setelah margin call

3. Kecenderungan mengutamakan kejadian terbaru

Otak memberi bobot lebih besar ke kejadian terbaru. Setelah tiga menang berturut, kamu merasa sistem ini hebat, dan naikan lot. Setelah tiga rugi berturut, kamu merasa sistem rusak, dan ganti strategi.

Realita: tiga transaksi adalah sampel terlalu kecil untuk konklusi apa pun.

4. Kecenderungan konfirmasi

Saat kamu sudah condong naik, otak hanya menerima sinyal yang mendukung naik. Sinyal turun diabaikan.

5. Ilusi tangan panas

"Saya sedang dalam performa bagus, pasti lanjut menang." Padahal setiap transaksi probabilistik independen — tidak dipengaruhi transaksi sebelumnya.

Kenapa emas memicu lebih banyak kecenderungan berpikir

Emas bergerak cepat. Volatilitas tinggi mengaktifkan otak emosional lebih sering, sehingga otak rasional jarang dapat giliran menilai setup dengan tenang.

Spread emas juga lebih lebar daripada banyak pasangan mata uang. Saat kamu entry, posisi sering sudah floating rugi karena spread, dan otak langsung masuk mode defensif sebelum transaksi sempat berkembang.

Berita makro — NFP, FOMC, inflasi — menggerakkan emas dalam lonjakan ekstrem. Otak emosional aktif saat rilis, lalu cenderung menganggap pergerakan terbaru itu pola yang akan terulang besok, padahal itu hanya satu sesi.

Terakhir, ada magnet psikologis terhadap logam mulia. Banyak orang sudah lama menganggap emas "aman" atau "berharga", sehingga lebih sulit menjaga jarak emosional daripada saat trading pasangan mata uang biasa.

Studi kasus — Pak Joko

Pak Joko punya sistem teknikal solid: trend following pullback, sudah diuji enam bulan. Persentase transaksi untung 52%, rasio untung-rugi 1:1,5. Expectancy positif (\$3 per transaksi dengan modal \$500).

Tahun pertama: 200 transaksi. Sistem prediksi untung +120%. Hasil aktual: **−15%**.

Analisa eksekusi:

- 35% transaksi tidak sesuai rencana (entry dari perasaan)
- 25% transaksi stop loss digeser saat floating rugi
- 20% transaksi take profit digeser maju saat untung (tutup cepat)
- 15% transaksi overlot dari rencana

Sistemnya sehat. Pak Joko tidak. Ia tidak butuh sistem baru — ia butuh mental yang bisa mengeksekusi sistem yang sudah ada.

Kesalahan Umum

- Menyalahkan strategi padahal pelanggaran eksekusi yang menyebabkan rugi
- Mencari sistem baru sebelum memperbaiki eksekusi
- Mengabaikan lima transaksi terburuk yang menyumbang separuh kerugian total

POIN KUNCI

- Mayoritas trader gagal bukan karena strategi salah, tapi eksekusi tidak konsisten.
- Psikologi menentukan sembilan puluh persen hasil; strategi hanya sepuluh persen.
- Lima kecenderungan berpikir utama: aversi rugi, biaya tenggelam, kejadian terbaru, konfirmasi, tangan panas — semuanya terukur dari catatan transaksi.
- Emas mempercepat semua kecenderungan itu karena volatilitas, spread, dan berita.
- Pak Joko: sistem untung di kertas, rugi di akun — selisihnya eksekusi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya memahami perbedaan strategi versus psikologi
- ☐ Saya mengenali lima kecenderungan berpikir utama
- ☐ Saya sudah menghitung persentase transaksi tidak sesuai rencana dari riwayat
- ☐ Saya sudah mengidentifikasi kecenderungan yang paling sering muncul di akunku
- ☐ Saya berkomitmen memperbaiki eksekusi sebelum mencari strategi baru

LATIHAN

Latihan 1 — Audit eksekusi dari riwayat. Buka 30 transaksi terakhir. Tandai setiap transaksi yang tidak sesuai rencana (entry tanpa setup, stop loss digeser, take profit ditutup prematur, lot di atas rencana). Isi:

Total transaksi	: _____
Transaksi tidak sesuai rencana	: _____
Persentase pelanggaran	: _____ %
Total rugi dari transaksi pelanggaran	: \$ _____
Total untung dari transaksi patuh	: \$ _____

Selisih dua baris terakhir adalah biaya eksekusi burukmu, dalam dolar.

Latihan 2 — Satu kecenderungan, satu contoh. Pilih satu kecenderungan dari lima di atas. Cari satu transaksi dalam 30 hari terakhir di mana kecenderungan itu terlihat jelas. Tulis: tanggal, apa yang terjadi, berapa dolar yang hilang, dan satu aturan untuk mencegah ulang.

BAB 8.2

FOMO DAN CARA MELEPASNYA

FOMO — *fear of missing out*, ketakutan ketinggalan — adalah masuk posisi bukan karena setup sah, tapi karena harga sudah bergerak dan otak takut peluang lewat. Di riwayat transaksi, tandainya sederhana: entry tanpa nama setup, atau entry saat harga sudah jauh dari titik masuk ideal.

Perbedaannya dengan revenge trading: FOMO dipicu oleh **peluang yang terlihat**, bukan rugi yang baru terjadi. Perbedaannya dengan overconfidence: FOMO terjadi saat kamu **belum** menang — otak takut tertinggal, bukan percaya diri berlebih.

Anatomi satu entry FOMO

1. STIMULUS
 - Harga bergerak cepat
 - Sinyal grup
 - Posting untung di media sosial
 - Penembusan level
2. RESPON OTAK (5 detik)
 - Adrenalin naik
 - Otak emosional aktif
 - Otak rasional tersupresi
3. AKSI IMPULSIF
 - Buy/sell tanpa periksa setup
 - Lot lebih besar dari rencana
 - Lewati analisa stop loss
4. KONSEKUENSI
 - Entry di puncak/dasar swing
 - Slippage karena harga sudah bergerak
 - Rugi cepat karena pembalikan alami

Lima tipe FOMO di emas

Tipe 1 — Mengejar harga. Emas breakout, kamu telat lihat, harga sudah \$5 di atas titik masuk ideal. Otak: "Pasti lanjut \$10 lagi." Realita: kebanyakan breakout berbalik arah sebelum lanjut.

Tipe 2 — Gembar-gembor sinyal grup. Grup posting "BUY XAUUSD NOW." Realita: sinyal ritel biasanya entry terlambat.

Tipe 3 — Berburu berita. Berita rilis, harga bergerak cepat. Realita: kamu masuk di ujung momentum, pembalikan segera.

Tipe 4 — Banding & balapan. Lihat teman posting untung. Realita: kompetisi imajiner, keputusan dari ego bukan setup.

Tipe 5 — Peluang terlewat. Setup ideal terlewat. Otak: "Setup berikutnya tidak boleh telat lagi." Realita: setup berikutnya yang diambil biasanya setup mutu ragu atau tolak, bukan setup layak.

Biaya FOMO dalam dolar

Contoh akun \$1.000 dengan risiko normal 2%, yaitu \$20 per transaksi dengan stop loss \$3,00 (0,06 lot).

Satu transaksi FOMO tipikal:

- Entry tanpa setup, stop loss \$3,00 tapi lot 0.10 (bukan 0.06) karena "yakin"
- Rugi = $0.10 \times 100 \times \$3,00 = \$30$ (3% akun, bukan 2%)

Sepuluh transaksi FOMO per bulan dengan kerugian \$30 masing-masing menghabiskan \$300, atau 30% akun. Itu aritmetika paniknya — bukan perasaan abstrak.

Mas Iqbal, trader 1,5 tahun, setup pullback ke EMA 50 di H1:

- Setup sah muncul 4–6 kali per minggu; ia entry 12–18 kali
- Selisih delapan sampai dua belas transaksi itu adalah FOMO
- Setup sah: menang 58%, untung
- Transaksi FOMO: menang 32%, rugi besar
- Potensi untung 3 bulan +15%; realita +1% karena FOMO

80% potensi untung hilang karena transaksi yang bukan setup-nya.

Satu aturan utama: tunggu konfirmasi lima menit

FOMO diobati dengan **aturan tunggu**, bukan dengan "tenangkan diri."

Sebelum klik buy/sell:

1. Pasang pengatur waktu 5 menit
2. Tulis nama setup (kosong berarti berhenti)
3. Setelah 5 menit, tanya:
 - Apakah setup masih sah?
 - Apakah harga masih di zona masuk?
 - Apakah lot sudah dihitung?
4. Kalau salah satu tidak terpenuhi, bukan transaksimu.

Lima menit melewatkan sebagian peluang. Harganya jauh lebih murah daripada \$30 per transaksi FOMO.

Daftar "bukan urusanmu"

Tulis kategorisasi transaksi yang bukan urusanmu:

- Lonjakan didorong berita — bukan urusanmu
- Penembusan lebih dari \$3 dari titik masuk ideal — bukan urusanmu
- Sinyal grup — bukan urusanmu

- Transaksi saat jantung berdebar — bukan urusanmu

Lebih banyak hal yang bukan urusanmu, lebih sedikit FOMO yang menyerang.

Desain lingkungan

Otak tidak bisa FOMO tentang sesuatu yang tidak dilihat:

- Keluar dari grup sinyal saat sesi trading
- Matikan notifikasi aplikasi berita
- Grafik hanya dibuka jam trading yang ditetapkan
- Unfollow akun yang sering pamer untung

POIN KUNCI

- FOMO adalah entry tanpa setup karena takut ketinggalan; terlihat di riwayat sebagai transaksi tanpa nama setup atau entry jauh dari zona ideal.
- Biaya FOMO terukur: satu transaksi impulsif bisa rugi 3% bukan 2% — sepuluh kali sebulan bisa menghabiskan 30% akun.
- Aturan utama: tunggu konfirmasi lima menit + nama setup wajib sebelum order.
- Daftar "bukan urusanku" dan desain lingkungan mengurangi pemicu sebelum muncul.
- Mas Iqbal: 80% potensi untung hilang karena transaksi FOMO, bukan karena strategi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mengenali lima tipe FOMO
- ☐ Saya punya daftar "bukan urusanku" tertulis
- ☐ Saya menunggu lima menit sebelum setiap entry
- ☐ Saya menulis nama setup sebelum order — kosong berarti tidak masuk
- ☐ Saya sudah membersihkan pemicu FOMO di lingkungan trading
- ☐ Saya tidak entry karena melihat untung orang lain

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung biaya FOMO. Buka 20 transaksi terakhir. Tandai yang masuk tanpa nama setup atau saat harga sudah \$3+ dari zona ideal. Isi:

Jumlah transaksi FOMO	:	_____
Persentase menang transaksi FOMO	:	_____ %
Persentase menang transaksi non-FOMO	:	_____ %
Total rugi transaksi FOMO	:	\$ _____
Rata-rata lot transaksi FOMO	:	_____
Rata-rata lot transaksi non-FOMO	:	_____

Latihan 2 — Uji aturan lima menit. Selama 10 sesi trading berikutnya, pasang pengatur waktu lima menit sebelum setiap entry. Catat:

Entry yang dibatalkan setelah 5 menit	:	_____
Entry yang tetap jadi setelah 5 menit	:	_____
Hasil entry dibatalkan (simulasi)	:	\$ _____ (hitung dari pergerakan harga)
Hasil entry yang jadi	:	\$ _____

Latihan 3 — Bersihkan lingkungan. Minggu ini: keluar dari satu grup sinyal, matikan notifikasi berita, dan catat berapa kali dorongan FOMO muncul sebelum versus sesudah. Target: turun minimal setengah.

BAB 8.3

REVENGE TRADING

Ada satu pola yang menghabiskan lebih banyak akun daripada seluruh kesalahan analisis digabungkan. Namanya *revenge trading* — trading balas dendam — dan bentuk paling sederhananya begini: kamu rugi, lalu kamu masuk lagi bukan karena ada peluang, tapi karena kamu ingin uang itu kembali.

Bab ini menjelaskan cara kerjanya, kenapa nasihat "kendalikan emosimu" tidak berfungsi, dan apa yang berfungsi.

Anatomi satu jam yang menghabiskan sebulan

Perhatikan urutannya, karena yang penting bukan satu transaksi buruk, tapi percepatan di antaranya.

14.10 Rugi \$20 sesuai rencana. Risiko 2%, stop loss jalan. Semua benar.
14.14 Masuk lagi. Setup belum lengkap. Lot 0,12 — biasanya 0,06.
14.31 Rugi \$48. Sekarang total rugi \$68 (6,8% akun).
14.33 Masuk lagi, arah berlawanan. Alasannya: "tadi salah arah."
14.40 Rugi \$55. Total \$123 (12,3%).
14.41 Masuk lagi, lot 0,25. Tanpa stop loss — "biar tidak kena lonjakan."
15.20 Ditutup manual saat rugi \$190. Total \$313 (31,3%).
15.22 Masuk lagi.

Transaksi pertama benar sepenuhnya. Kerugiannya \$20, sesuai rencana, bagian normal dari trading.

Yang menghancurkan akun adalah empat transaksi berikutnya, yang seluruhnya terjadi dalam 72 menit. Perhatikan tiga hal yang berubah bersamaan dan selalu berubah bersamaan:

- **Jeda antar transaksi memendek** — 4 menit, 2 menit, 1 menit.
- **Ukuran lot membesar** — dari 0,06 menjadi 0,12, lalu 0,25.
- **Syarat masuk melonggar** — sampai stop loss ditinggalkan sama sekali.

Ketiga hal itu adalah tanda pengenal revenge trading, dan bisa diukur dari riwayat transaksi tanpa perlu menebak isi kepala siapa pun.

Kenapa ini terjadi pada orang yang tahu lebih baik

Orang di contoh itu bukan tidak tahu aturannya. Ia tahu risiko 2%. Ia tahu stop loss wajib. Ia baru saja menjalankannya dengan sempurna di transaksi pertama.

Yang terjadi bukan lupa. Yang terjadi adalah **pertanyaan di kepalanya berubah**.

Sebelum rugi : "Apakah ada peluang bagus di sini?"
Setelah rugi : "Bagaimana caranya \$20 itu kembali?"

Dua pertanyaan itu menghasilkan keputusan yang berbeda dari data yang sama. Pada pertanyaan pertama, tidak adanya setup berarti tidak masuk. Pada pertanyaan kedua, tidak adanya setup adalah hambatan yang harus diakali — dan mengakalinya berarti melonggarkan syarat.

Ini juga menjelaskan kenapa lot membesar. Kalau tujuannya mengembalikan \$20, dan peluang menangnya terasa lebih kecil karena setup-nya tidak bagus, satu-satunya cara mengejar \$20 dalam satu transaksi adalah memperbesar ukuran. Logikanya utuh; yang salah adalah tujuannya.

Ada satu lapisan lagi. Kerugian \$20 itu **sudah terjadi**. Uang itu sudah tidak ada saat transaksi kedua dibuka. Transaksi kedua tidak bisa mengembalikannya — ia hanya bisa menambah keuntungan atau menambah kerugian, seperti transaksi mana pun. Perasaan bahwa ia "mengembalikan" sesuatu adalah pembukuan yang salah, dan seluruh rangkaian di atas dibangun di atasnya.

Kenapa "kendalikan emosimu" tidak berfungsi

Nasihat yang paling umum untuk masalah ini adalah nasihat yang paling tidak berguna: tenangkan diri, jangan emosional, disiplin.

Alasannya sederhana. Pada pukul 14.14 di contoh di atas, orang itu **merasa sedang berpikir rasional**. Ia tidak merasa marah. Ia merasa punya alasan bagus. Perasaan "aku sedang emosional" datang belakangan, biasanya setelah akunnya sudah rusak.

Jadi aturan yang berbunyi "jangan trading saat emosional" mengandalkan penilaian yang justru tidak tersedia saat dibutuhkan. Ia seperti aturan "jangan menyetir saat mengantuk" yang mengandalkan orang mengantuk untuk menyadari dirinya mengantuk.

Yang berfungsi adalah aturan yang **tidak butuh penilaianmu saat kejadian**. Aturan yang dipicu oleh angka, bukan oleh perasaan.

Empat aturan yang dipicu angka

Aturan 1 — Jeda paksa 30 menit setelah setiap kerugian.

Rugi → tutup platform → 30 menit → baru boleh melihat lagi

Bukan "istirahat kalau perlu". Setiap kerugian, tanpa pengecualian, tanpa penilaian. Alasannya: jeda memendek adalah tanda paling awal, dan ini satu-satunya aturan yang menyerangnya langsung.

Tiga puluh menit juga melewatkan sebagian peluang. Itu harganya, dan harganya jauh lebih murah daripada 72 menit di contoh tadi.

Aturan 2 — Dua kerugian berurutan: hari itu selesai.

Bukan dua kerugian lalu berhati-hati. Dua kerugian lalu **berhenti**, apa pun yang sedang terjadi di grafik.

Angka dua bukan sembarangan. Rangkaian kerugian tiga atau lebih dalam sehari hampir selalu berarti salah satu dari dua hal: keadaan pasar sedang tidak cocok dengan sistemmu, atau kamu sudah tidak menjalankan sistemmu. Keduanya diselesaikan dengan berhenti.

Aturan 3 — Batas rugi harian 4%, dihitung, bukan dirasakan.

Tulis angka rupiahnya di awal hari, sebelum transaksi pertama:

Saldo pagi ini : \$ _____
 Batas rugi 4% : \$ _____
 Setelah menyentuh angka itu, platform ditutup sampai besok.

Angka yang ditulis di pagi hari jauh lebih mengikat daripada angka yang dihitung di tengah kerugian, karena di tengah kerugian pembukuannya sudah berubah.

Aturan 4 — Ukuran lot dikunci sebelum sesi, bukan per transaksi.

Hitung ukuran lot untuk hari itu di pagi hari, dan jangan mengubahnya di tengah sesi. Kalau kamu ingin mengubah ukuran lot setelah kerugian, itu bukan penyesuaian — itu gejala.

Bab tentang kapan menaikkan lot menjelaskan kapan perubahan ukuran memang sah: setelah 20 transaksi tercatat, dievaluasi di luar sesi, dengan angka.

Penegakan: kenapa aturan saja tidak cukup

Empat aturan di atas mudah ditulis dan mudah dilanggar, karena tidak ada yang menghentikanmu. Karena itu tambahkan penghalang fisik, bukan hanya niat.

Penghalang	Cara memasangnya
Platform tidak mudah dibuka	Keluar dari akun (logout), bukan hanya menutup jendela
Ada langkah wajib sebelum masuk	Lembar pra-transaksi yang harus terisi. Belum terisi, tidak masuk
Ada yang tahu	Kirim hasil harian ke satu orang, setiap hari, termasuk hari buruk
Batas dari luar	Beberapa broker bisa membatasi ukuran lot maksimum di akun
Riwayat terlihat	Tempel grafik saldo harian di tempat yang kamu lewati

Baris kedua yang paling efektif dan paling murah. Satu lembar dengan lima baris yang harus ditulis tangan sebelum setiap order menambah jeda beberapa puluh detik antara dorongan dan eksekusi — dan revenge trading hidup di jeda yang nol.

Mendeteksi diri sendiri, dari data

Karena perasaan tidak bisa diandalkan saat kejadian, deteksinya dilakukan setelahnya, dari riwayat transaksi. Setiap akhir pekan, hitung:

Jumlah transaksi yang dibuka kurang dari 30 menit setelah kerugian : _____
 Jumlah transaksi dengan lot di atas ukuran harian saya : _____
 Jumlah transaksi tanpa lembar pra-transaksi terisi : _____
 Jumlah hari dengan tiga kerugian atau lebih : _____
 Kerugian total pada transaksi-transaksi di atas : \$ _____

Baris terakhir adalah harga revenge trading dalam sebulan, dalam angka. Pada mayoritas akun, jumlahnya melebihi seluruh kerugian dari transaksi yang dijalankan sesuai rencana — dan bab tentang pemulihan setelah akun habis menunjukkan bahwa lima transaksi terburuk biasanya menyumbang lebih dari separuh kerugian total.

Kalau kamu belum mencatat, mulai sekarang: bab tentang mencatat emosi memberi formatnya, dan alasan kenapa catatan sesudah kejadian bisa mengubah keputusan sebelum kejadian berikutnya.

POIN KUNCI

- Revenge trading adalah masuk karena ingin uang kembali, bukan karena ada peluang.
- Transaksi pertama biasanya benar. Yang menghancurkan akun adalah empat berikutnya.
- Tiga tanda yang selalu muncul bersamaan: jeda memendek, lot membesar, syarat masuk melonggar. Ketiganya terukur dari riwayat transaksi.
- Penyebabnya bukan lupa aturan, tapi pertanyaan di kepala berubah dari "ada peluang?" menjadi "bagaimana uangnya kembali?".
- Kerugian yang sudah terjadi tidak bisa dikembalikan oleh transaksi berikutnya. Perasaan sebaliknya adalah pembukuan yang salah.
- "Kendalikan emosimu" gagal karena saat kejadian kamu merasa sedang rasional.
- Aturan yang berfungsi dipicu angka: jeda 30 menit setiap rugi, berhenti setelah dua kerugian, batas harian 4% yang ditulis pagi, ukuran lot dikunci sebelum sesi.
- Aturan butuh penghalang fisik. Yang paling efektif: lembar pra-transaksi wajib.
- Deteksinya dari data akhir pekan, bukan dari perasaan saat sesi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mengenali tiga tanda terukur revenge trading
- ☐ Saya menutup platform 30 menit setelah setiap kerugian
- ☐ Saya berhenti setelah dua kerugian berurutan dalam sehari
- ☐ Saya menulis batas rugi harian dalam dolar setiap pagi
- ☐ Ukuran lot saya dikunci sebelum sesi dimulai
- ☐ Saya punya lembar pra-transaksi yang harus terisi sebelum order
- ☐ Saya menghitung biaya revenge trading saya setiap akhir pekan

LATIHAN

Latihan 1 — Cari polamu di riwayat sendiri. Ambil 50 transaksi terakhir dari riwayat platform,urut berdasarkan waktu, dan tandai setiap transaksi yang dibuka kurang dari 30 menit setelah transaksi rugi. Lalu:

Jumlah transaksi bertanda	: _____
Persentase menang transaksi bertanda	: _____ %
Persentase menang transaksi tidak bertanda	: _____ %
Rata-rata lot transaksi bertanda	: _____
Rata-rata lot transaksi tidak bertanda	: _____
Total hasil transaksi bertanda	: \$ _____

Dua perbandingan itu biasanya berbeda jauh, dan itu buktinya — dari akunmu, bukan dari buku ini.

Latihan 2 — Lembar pra-transaksi. Buat satu lembar seperti ini dan wajibkan terisi tangan sebelum setiap order:

Jam sekarang	: _____
Jam kerugian terakhir saya	: _____
Selisihnya lebih dari 30 menit?	: Ya / Tidak
Setup apa yang saya lihat	: _____
Kalau tidak ada nama setup-nya, berhenti di sini.	
Stop loss	: \$ _____
Ukuran lot harian saya	: _____
Lot yang akan saya pakai	: _____ (sama? Ya / Tidak)
Rugi hari ini sejauh ini	: \$ _____ dari batas \$ _____
Kalimat "kenapa saya masuk sekarang"	: _____

Kalau kalimat terakhir mengandung kata "balik", "kembali", "impas", atau "tadi", tutup lembarnya dan tutup platformnya.

Latihan 3 — Simulasi kerugian, tanpa uang. Di akun demo, buka satu posisi dan biarkan stop loss-nya kena. Lalu jalankan aturan jeda 30 menit sungguh-sungguh: tutup platform, pasang pengatur waktu, dan tulis apa yang kamu rasakan di menit ke-1, ke-10, dan ke-30. Yang sedang dilatih bukan analisis. Yang dilatih adalah menjalankan aturan yang paling tidak ingin kamu jalankan, di saat kamu paling tidak ingin menjalankannya.

BAB 8.4

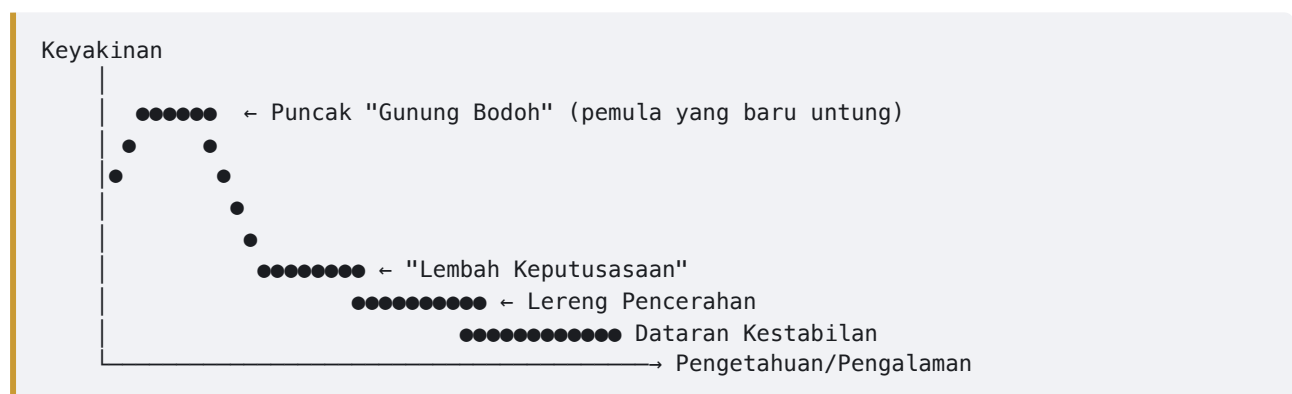
OVERCONFIDENCE DAN EFEK DUNNING-KRUGER

Revenge trading membunuh akun dalam hitungan jam. Overconfidence membunuh akun dalam hitungan minggu — lebih halus, lebih sulit dideteksi, tapi sama mematikan. Ironisnya, overconfidence datang **setelah sukses**: beberapa transaksi untung membuat otak percaya kamu jago, lot membesar, lalu satu rugi menghapus bulan kerja.

Di riwayat transaksi, tandanya: lot naik setelah rangkaian menang, setup mutu ragu atau tolak diperlakukan seperti setup layak, frekuensi entry meningkat. Perbedaannya dengan FOMO: overconfidence datang **setelah** menang, bukan takut ketinggalan. Perbedaannya dengan revenge: pemicunya untung, bukan rugi.

Efek Dunning-Kruger

Riset psikologi: orang dengan kompetensi rendah cenderung melebih-lebihkan kemampuannya. Orang dengan kompetensi tinggi cenderung meremehkan kemampuan sendiri.



Trader paling overconfident: pemula yang baru untung 3–5 kali berturut, trader yang satu transaksi besar untung, trader yang ikut sinyal grup dan kebetulan untung.

Siklus overconfidence

1. RANGKAIAN MENANG (5–10 transaksi)
- ↓
2. OVERCONFIDENT – "Sistem saya hebat, saya jago baca pasar"
- ↓
3. PELANGGARAN ATURAN – lot naik, setup melonggar, lewati manajemen risiko
- ↓
4. RUGI DATANG (akhirnya)
- ↓
5. KAGET → revenge trading
- ↓
6. AKUN HABIS

Tanda terukur di riwayat transaksi

Pikiran (tercatat di jurnal):

- "Risiko 1% terlalu kecil, naikan ke 3–5%"
- "Lewati jurnal kali ini, tidak penting"
- "Dalam X bulan saya kaya"

Aksi (terlihat di riwayat):

- Lot 1,5–2× dari rencana
- Masuk di setup yang sebenarnya ragu, dengan keyakinan seolah setup itu layak
- Frekuensi entry naik
- Berhenti meninjau transaksi

Tiga tanda aksi di atas dalam satu minggu berarti peringatan overconfidence sedang aktif.

Kenapa overconfidence lebih berbahaya dari revenge

Aspek	Revenge	Overconfidence
Kecepatan	Jam	Minggu
Visibilitas	Jelas (panik)	Tersamar (terasa "kontrol")
Kesadaran diri	Sadar setelah	Tidak sadar saat
Pemicu	Rugi	Untung
Dampak akhir	Margin call	Margin call (lot sudah naik)

Overconfidence terasa positif. Otak tidak memberi sinyal stop — justru sebaliknya.

Aturan utama: kunci ukuran lot setelah rangkaian untung

Overconfidence diobati dengan **mengunci lot**, bukan dengan "tetap rendah hati."

Setelah 5 transaksi untung berturut:
 – Lot dikunci di ukuran hari ini selama 10 transaksi berikutnya
 – Tidak boleh naik, tidak boleh turun
 – Tulis di lembar pra-transaksi: "TERKUNCI – transaksi ke-___ dari 10"

Contoh aritmetika: akun \$2.000, risiko 1%, stop loss \$5,00, lot 0,04.

Rangkaian lima menang dengan untung \$20 masing-masing memberi +\$100. Akun menjadi \$2.100. Tanpa kunci lot, overconfidence mendorong risiko 4%, yaitu \$84, sehingga lot menjadi 0,16. Satu rugi menghasilkan –\$80 — hampir menghapus empat menang sekaligus.

Dengan kunci lot 0,04, satu rugi hanya –\$20. Rangkaian menang tetap terlindungi.

Empat penjaga tambahan

1. Pertumbuhan lot otomatis, bukan naikkan risiko manual

Modal naik, lot naik otomatis pada risiko persen yang sama. Tidak ada keputusan ego yang bisa menggelembungkan ukuran posisi di tengah euforia.

2. Penarikan berkala

Setiap akun tumbuh 25–30%, tarik 20% ke rekening terpisah. Uang di akun trading terasa "bukan uang nyata"; penarikan mengingatkan risiko riil.

3. Jurnal wajib saat menang

Justru saat menang jurnal lebih penting: apakah untung dari keterampilan atau keberuntungan? Apakah eksekusi sesuai rencana?

4. Mengatur ulang perspektif bulanan

Baca ulang bab ini sebulan sekali. Rangkaian menang hanyalah variasi probabilitas, bukan bukti kejagoan.

Studi kasus — Mbak Sari

Akun \$2.000. Bulan 1–4: disiplin, risiko 1%, lot 0.20, untung 4–6%/bulan. Akhir bulan 4: \$2.500 (+25%).

Bulan 5: risiko naik 2%, setup B diperlakukan A, frekuensi 10×/minggu (biasa 5×). Akhir bulan 5: \$2.800. Overconfidence terkunci.

Bulan 6: risiko 4%, resign kerja, jual sinyal. Pertengahan bulan: 5 rugi berturut, akun kembali \$2.000. Revenge. Akhir bulan 6: \$1.200 (–57% dari puncak). Bulan 7: tekanan finansial berujung margin call.

Yang membunuh Mbak Sari bukan rangkaian rugi — melainkan keputusan saat overconfident **sebelum** rugi datang.

POIN KUNCI

- Overconfidence terlihat sebagai lot naik dan aturan melonggar setelah rangkaian menang; bisa diukur dari riwayat transaksi.
- Efek Dunning-Kruger: pemula yang baru untung paling overconfident.
- Aturan utama: kunci lot selama 10 transaksi setelah 5 menang berturut.
- Satu rugi dengan lot dobel bisa hapus empat menang — aritmetikanya brutal.
- Penarikan berkala dan jurnal saat menang mencegah uang "terasa mainan."
- Mbak Sari: untung 40% lalu rugi 100% dalam empat bulan karena keputusan saat overconfident.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mengenali tanda overconfidence di riwayat transaksi
- ☐ Saya mengunci lot selama 10 transaksi setelah 5 menang berturut
- ☐ Saya menarik sebagian untung setiap akun tumbuh 25–30%
- ☐ Saya mengisi jurnal setiap transaksi menang, bukan hanya rugi
- ☐ Saya tidak naikan risiko % secara manual setelah rangkaian untung
- ☐ Saya melakukan peninjauan ulang perspektif setiap bulan

LATIHAN

Latihan 1 — Audit lot setelah menang. Buka riwayat 30 hari terakhir. Kelompokkan transaksi menjadi "setelah 3+ menang berturut" dan "normal." Isi:

Rata-rata lot setelah rangkaian menang	: _____
Rata-rata lot normal	: _____
Persentase menang setelah rangkaian menang	: _____%
Persentase menang normal	: _____%
Total hasil setelah rangkaian menang	: \$ _____
Total hasil normal	: \$ _____

Latihan 2 — Pasang kunci lot. Tulis aturan di lembar pra-transaksi:

Lot harian saya	: _____
Lot terkunci mulai	: tanggal _____ (setelah ____ menang berturut)
Transaksi ke-____ dari 10	: _____
Lot yang dipakai	: _____ (harus sama dengan lot harian)

Jalankan di 10 transaksi berikutnya. Catat setiap kali dorongan naik lot muncul dan apakah kunci lot menghentikannya.

Latihan 3 — Simulasi aritmetika. Hitung manual:

Akun \$ _____, risiko ____%, stop loss \$ _____, lot = _____
5 menang × \$ _____ = +\$ _____
Kalau lot dobel (0.____), 1 rugi = -\$ _____
Apakah 1 rugi menghapus 4 menang? Ya / Tidak

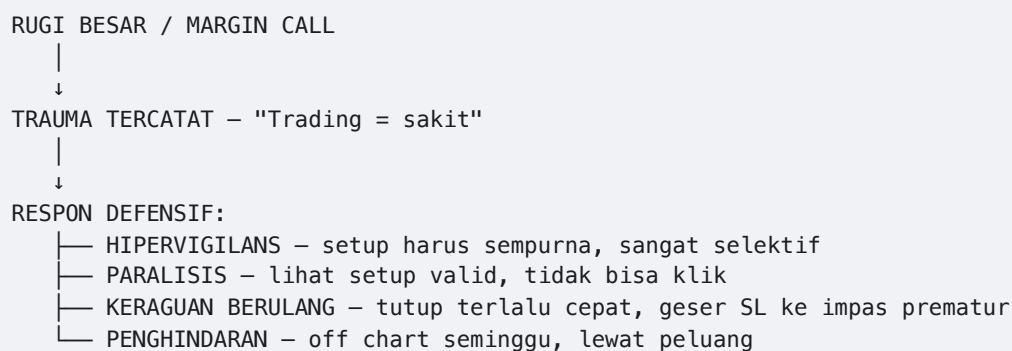
BAB 8.5

TAKUT SETELAH RUGI

Rugi bukan sekadar kerugian finansial. Rugi adalah trauma kecil yang otak rekam dan bawa ke keputusan berikutnya. Setelah rugi besar atau margin call, banyak trader masuk fase berlawanan dari revenge: **paralisis** — takut entry, ragu-ragu, kehilangan kepercayaan diri.

Perbedaannya dengan revenge: revenge masuk **terlalu cepat** setelah rugi; takut setelah rugi **tidak masuk sama sekali** meski setup sah. Perbedaannya dengan FOMO: FOMO masuk tanpa setup; takut setelah rugi **menolak** setup sah.

Anatomi takut setelah rugi



Semua respons wajar — otak melindungi. Tapi kalau berlarut, jadi penghalang trading sehat.

Aversi rugi dalam angka

Riset Kahneman & Tversky: manusia merasakan sakit rugi $2,25\times$ lebih intens dari senang untung dengan nilai sama.

- Rugi \$100 $\approx$ sakit seperti kehilangan \$225
- Untung \$100 $\approx$ senang seperti mendapat \$44

Setelah margin call \$1.000: otak memperlakukan kerugian itu seperti trauma senilai \$2.250. Pemulihan mental butuh waktu — bukan hanya pemulihan akun.

Contoh aritmetika panik: akun \$1.000, rugi \$20 (2%) butuh satu transaksi untung \$20 untuk kembali. Rugi \$200 (20%) butuh untung \$200 — bukan sepuluh transaksi \$20, karena lot biasanya sudah mengecil setelah trauma. Otak merasakan \$200 sebagai \$450 — dan itu sebabnya tangan gemetar saat klik entry.

Lima fase pemulihan

Fase 1 — Syok (hari 1–7). Otak belum menerima apa yang terjadi: tidak percaya, marah, susah tidur. Tindakan wajib: tidak trading sama sekali. Tutup platform total dan jangan lihat grafik untuk mengobati rasa sakit dengan transaksi baru.

Fase 2 — Penolakan (minggu 2–3). Muncul pikiran "bisa balikin cepat" atau "butuh strategi baru." Tindakan wajib: tetap tidak trading dan jangan deposit ulang. Deposit ulang di fase ini hampir selalu berakhir dengan kerugian lebih besar karena keputusan masih dipicu trauma, bukan rencana.

Fase 3 — Depresi (minggu 3–6). Keraguan diri dan menarik diri dari lingkungan sekitar. Tindakan wajib: bicara dengan orang terdekat yang bisa dipercaya, plus refleksi tertulis tentang apa yang benar-benar terjadi — bukan siapa yang harus disalahkan.

Fase 4 — Penerimaan (minggu 6–12). Kamu mulai menerima realita dan tanggung jawab pribadi tanpa dramatisasi. Tindakan wajib: tulis studi kasus diri sendiri — kronologi, pelanggaran aturan, dan satu perubahan konkret sebelum kembali live.

Fase 5 — Pemulihan (bulan 3 ke atas). Kembali bertahap lewat demo, rencana ulang, modal kecil, dan lot minimum. Tujuannya membangun kepercayaan diri, bukan mengejar untung besar.

Melewati fase berarti trauma belum sembuh. Balik trading di fase 1–3 hampir pasti memicu margin call berulang.

Lima tipe takut setelah rugi

Tipe 1 — Hiper-selektif: menunggu setup "sempurna" sampai berbulan-bulan tidak entry.

Tipe 2 — Tutup prematur: untung \$0,50 karena takut balik rugi — rasio untung-rugi jadi jelek.

Tipe 3 — Lot terlalu kecil: 0,01 lot dengan modal \$5.000 sehingga untung tidak signifikan dan demotivasi.

Tipe 4 — Penghindaran: buka platform lalu langsung tutup.

Tipe 5 — Paralisis perfeksionis: analisa tiga sampai empat jam, konfirmasi tidak datang-datang.

Comeback sehat: angka dan jadwal

Terima rugi, catat pelajaran:

Saya kehilangan \$ _____
 Penyebab utama: _____
 Pelajaran: _____
 Saya bertanggung jawab penuh

Jeda sebelum comeback:

Ukuran rugi	Jeda minimum off chart
< 5% akun	1 hari
5–15%	1 minggu
15–30%	1 bulan

Margin call

3 bulan

Comeback kecil:

- Modal 10–20% dari modal awal
- Lot minimum (0.01)
- Risiko 0,5–1%
- Maksimum 1 transaksi per hari
- Tujuan: membangun kembali kepercayaan, bukan mengejar untung

Target proses, bukan hasil:

Centang empat hal ini setiap hari comeback: entry hanya setup layak; stop loss dan take profit terpasang sebelum lepas tangan; batas harian dihormati; setiap transaksi tercatat di jurnal.

Studi kasus — Mas Agus

Margin call \$3.000 bulan ke-8. Penyebab: overconfidence memicu lot agresif, lalu rangkaian rugi, lalu revenge trading.

Syok 10 hari: tidak tidur, marah, bohong ke istri. Penolakan minggu 2–4: deposit \$500, margin call lagi 5 hari, pinjam uang. Titik terendah bulan 2: total rugi \$5.000 + hutang \$2.000.

Titik balik bulan 3: delapan minggu tanpa buka grafik, jujur ke istri, konsultasi psikolog. Pemulihan bulan 6–12: demo 2 bulan, live \$200, risiko 1%, lot 0.01. Akhir bulan 12: \$260 (+30%). Bulan 18: \$500, mental jauh lebih sehat.

Pelajaran: pemulihan butuh kerja serius. Tidak boleh melewati fase. Bantuan profesional boleh dilibatkan.

POIN KUNCI

- Takut setelah rugi adalah paralisis atau hiper-selektif setelah trauma finansial; berlawanan dari revenge (masuk terlalu cepat).
- Aversi rugi 2,25×: rugi \$200 terasa seperti \$450 — aritmetika emosi.
- Lima fase pemulihan wajib dilalui; melewati fase berisiko margin call berulang.
- Comeback: modal kecil, lot minimum, target proses, bukan untung.
- Jeda off chart proporsional dengan ukuran rugi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mengenali tipe takut setelah rugi yang dominan pada saya
- ☐ Saya sudah menulis rencana pemulihan untuk skenario margin call
- ☐ Saya tahu jeda minimum off chart untuk setiap ukuran rugi
- ☐ Saya sudah mengidentifikasi jaringan dukungan saya
- ☐ Saya memisahkan identitas diri dari hasil trading

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung biaya takut. Buka 20 transaksi terakhir. Tandai yang setup sah tapi tidak diambil (catat di jurnal) atau ditutup prematur (< 50% target). Isi:

Setup sah dilewatkan	:	_____
Perkiraan untung yang hilang	:	\$_____ (hitung dari pergerakan harga)
Posisi ditutup prematur	:	_____
Untung aktual vs target	:	\$_____ vs \$_____
Selisih dari tutup prematur	:	\$_____

Latihan 2 — Tulis rencana pemulihan. Isi untuk skenario hipotetis margin call:

Modal hilang	:	\$_____
Jeda off chart	:	_____ bulan
Modal comeback	:	\$_____
Risiko per transaksi	:	_____ %
Lot	:	_____
Maksimum transaksi/hari	:	_____
Jaringan dukungan	:	_____

Latihan 3 — Satu entry kecil. Di akun demo, setelah rugi simulasi (biarkan stop loss kena), tunggu jeda 30 menit, lalu ambil **satu** transaksi dengan lot 0.01 dan risiko 0,5%. Catat: apakah tangan gemetar? Berapa detik sebelum klik? Hasil \$_____.

BAB 8.6

RANGKAIAN RUGI: SAAT SISTEM TERASA RUSAK

Sistemmu untung di backtest. Di forward test juga oke. Tiba-tiba di live, tujuh rugi berturut. Otak panik: "Sistemnya rusak?"

Rangkaian rugi memang terasa personal, tapi secara statistik ia bagian normal dari trading probabilistik. Sistem dengan persentase transaksi untung 60% tetap bisa kena delapan rugi berturut dalam sampel yang cukup panjang. Perbedaannya dengan takut setelah rugi (BAB 8.5): bab ini tentang **protokol tinjauan**, bukan paralisis. Perbedaannya dengan revenge trading (BAB 8.3): jangan masuk lebih cepat — **berhenti dan hitung**.

Probabilitas rangkaian rugi

Rugi berturut	Probabilitas (per 100 transaksi, winrate 50%)
5	Sangat mungkin
6–7	Mungkin
8–10	Bisa terjadi
11+	Jarang, tapi mungkin

Tujuh rugi berturut bukan bukti sistem rusak. Bisa saja variasi statistik biasa — seperti lempar koin yang kebetulan menghasilkan tujuh sisi belakang berturut.

Angka membantu menenangkan otak. Pada sistem dengan persentase transaksi untung 50%, peluang satu transaksi rugi adalah setengah. Peluang lima rugi berturut-turut adalah $0,5 \times 0,5 \times 0,5 \times 0,5 \times 0,5$, yaitu sekitar 3%. Artinya, dari setiap seratus rangkaian lima transaksi, sekitar tiga rangkaian akan seluruhnya rugi — **meski sistemnya sehat**. Dalam seratus transaksi, rangkaian lima rugi muncul lebih dari sekali. Itu bukan keanehan; itu matematika probabilitas yang kamu terima saat memilih trading, bukan gaji tetap.

Aritmetika rangkaian rugi

Kerugian beruntun tidak menjumlahkan secara linear. Setiap rugi mengurangi modal, sehingga rugi berikutnya (jika risiko tetap 2%) dihitung dari saldo yang sudah menyusut.

Contoh akun \$1.000, risiko 2% per transaksi:

```

Transaksi 1 : rugi $20,00 → saldo $980,00
Transaksi 2 : rugi $19,60 → saldo $960,40
Transaksi 3 : rugi $19,21 → saldo $941,19
Transaksi 4 : rugi $18,82 → saldo $922,37
Transaksi 5 : rugi $18,45 → saldo $903,92

```

Lima rugi berturut menyisakan sekitar **90,4% modal** — bukan 90% persis, tapi dekat. Total drawdown sekitar 9,6%, bukan 10% seperti perhitungan linear (\$100). Itu normal untuk sistem berwinrate 50%: rangkaian lima rugi bukan tanda sistem berhenti bekerja.

Yang **bukan** normal: transaksi keenam dibuka tanpa protokol — lot membesar, setup melonggar, atau revenge trading. Pelanggaran aturan di transaksi keenam adalah bukti bahwa **operatornya** rusak, bukan sistemnya. Sistem dengan winrate 50% memang akan rugi lima kali berturut sesekali; trader yang memperbesar lot setelahnya menghancurkan akun sendiri.

Perbandingan tanpa protokol: jika setelah lima rugi kamu naikan lot karena frustrasi (dari 0,06 menjadi 0,12) dan rugi lagi \$48, drawdown bisa melonjak dari 9,6% ke lebih dari 14% dalam satu transaksi. Itulah alasan berhenti **sebelum** transaksi keenam, bukan setelahnya.

Bayangkan dua trader dengan sistem identik dan winrate 50%. Trader A menjalankan protokol: setelah lima rugi, ia tutup platform tiga hari, tinjau jurnal, lalu kembali dengan lot yang sama. Trader B panik, naikan lot, dan masuk lagi tanpa setup. Trader A kehilangan 9,6% modal — menyakitkan, tapi pulih dalam sepuluh sampai lima belas transaksi patuh. Trader B bisa kehilangan 20% atau lebih dalam satu sesi. Rangkaian lima rugi bukan bukti sistem rusak pada keduanya. Yang membedakan hasil akhir adalah apakah transaksi keenam masih mengikuti aturan.

Protokol berhenti dengan angka

Tulis angka ini di lembar trading sebelum sesi dimulai:

Saldo awal sesi	: \$ _____
Risiko per transaksi	: 2% = \$ _____
Batas rugi harian (4%)	: \$ _____
3 rugi berturut	→ tutup platform, hari selesai
5 rugi dalam 10 transaksi	→ stop 2–3 hari, tinjau jurnal
7 rugi dalam 20 transaksi	→ stop minimal 1 minggu, tinjau sistem

Tiga rugi berturut: tutup platform hari itu. Besok, tinjau jurnal: apakah eksekusi sesuai rencana? Jika ya, lanjut normal. Jika tidak, perbaiki eksekusi dulu sebelum menambah transaksi.

Lima rugi berturut: stop 2–3 hari. Backtest ulang di kondisi pasar serupa (volatilitas, sesi, arah trend). Tanyakan: apakah karakter pasar berubah, atau kamu yang melonggarkan syarat?

Tujuh rugi atau lebih: stop minimal satu minggu. Tinjau total sistem. Pertimbangkan perbaikan kecil, bukan ganti strategi total di tengah drawdown.

Protokol ini sengaja dipakai angka, bukan perasaan. Kamu tidak perlu memutuskan "apakah saya sudah cukup stres" — kamu hanya menghitung rugi berturut atau rugi dalam sepuluh transaksi terakhir, lalu menjalankan baris yang sesuai. Lembar trading di atas tempel di samping monitor. Saat batas tercapai, tutup platform sebelum otak sempat menawarkan: "Satu transaksi lagi untuk balik modal."

Tanda sistem benar-benar rusak

Bukan sekadar rangkaian rugi, melainkan **pola** yang konsisten:

- Setup yang dulu menang konsisten gagal di kondisi pasar serupa
- Karakter pasar berubah (volatilitas, range, spread)
- Drawdown melebihi drawdown maksimum backtest
- Expectancy negatif tiga bulan berturut meski eksekusi patuh

Kalau **semua** ini terjadi bersamaan, evaluasi serius diperlukan. Kalau hanya rangkaian rugi tanpa pola di atas, sistem kemungkinan masih sehat.

Contoh — Bayu

Bayu mengalami enam rugi berturut di XAUUSD. Ia stop tiga hari dan meninjau jurnal:

- Empat dari enam rugi: eksekusi sesuai rencana (variasi normal)
- Dua dari enam: melanggar rencana (FOMO)

Kesimpulannya jelas: sistem masih oke. Yang perlu diperbaiki adalah disiplin eksekusi — bukan mengganti strategi di tengah rangkaian rugi.

Saat rangkaian rugi datang, tanyakan dua pertanyaan sebelum mengubah apa pun: "Apakah saya masih menjalankan aturan?" dan "Apakah drawdown masih dalam batas backtest?" Kalau jawaban pertama tidak, perbaiki eksekusi dulu. Kalau jawaban pertama ya dan drawdown masih wajar, rangkaian rugi hanyalah variasi — bukan alasan panik.

POIN KUNCI

- Rangkaian rugi normal secara statistik; 5–7 rugi bukan bukti sistem rusak.
- Protokol: 3 rugi berhenti hari itu; 5 rugi stop 2–3 hari plus tinjau jurnal; 7+ rugi stop seminggu.
- Beda variasi normal versus sistem rusak: pola setup gagal, drawdown, expectancy.
- Aksi unik bab ini: berhenti dan tinjau eksekusi, bukan masuk lebih cepat.
- Bayu: empat dari enam rugi sesuai rencana — sistem masih sehat, eksekusi yang perlu diperbaiki.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya memahami rangkaian rugi adalah normal secara statistik
- ☐ Saya punya protokol langkah demi langkah untuk rangkaian rugi
- ☐ Saya tidak panik ganti sistem di tengah rangkaian rugi
- ☐ Saya bisa bedakan variasi normal versus sistem rusak
- ☐ Saya stop trading sesuai protokol, bukan sesuai perasaan

LATIHAN

Latihan 1 — Tinjau rangkaian. Ambil rangkaian rugi terpanjang dari riwayat (30 hari terakhir). Isi:

Panjang rangkaian terpanjang	: _____ transaksi
Total rugi rangkaian	: \$_____ (____% akun)
Eksekusi sesuai rencana	: ____/____
Pelanggaran (FOMO/revenge/overlot)	: ____/____
Apakah saya stop sesuai protokol?	: Ya / Tidak

Latihan 2 — Simulasi statistik. Dari 50 transaksi terakhir, hitung persentase menang. Lalu cari rangkaian rugi terpanjang. Bandingkan dengan tabel probabilitas di atas — apakah masuk kategori "normal"?

BAB 8.7

RANGKAIAN UNTUNG: SAAT OTAK MULAI BERBOHONG

Rangkaian rugi menguji ketahanan. Rangkaian untung menguji kerendahan hati — dan sering lebih berbahaya. Banyak trader justru kehilangan lebih banyak uang **setelah** rangkaian untung daripada setelah rangkaian rugi, karena otak percaya dirinya sudah "paham pasar" dan mulai melonggarkan aturan.

BAB 8.4 membahas overconfidence dan efek Dunning-Kruger. Bab ini fokus pada **protokol operasional** saat untung berturut: apa yang harus dilakukan dengan angka, bukan hanya sikap mental.

Kenapa rangkaian untung lebih berbahaya dari rangkaian rugi

Saat rugi berturut, otak panik dan ingin berhenti — itu tidak nyaman, tapi sering **melindungi** akun. Saat untung berturut, otak euforia dan ingin **memperbesar**. Perasaan terakhir ini terasa positif, jadi tidak ada alarm internal.

Setelah lima untung, akun naik, dan lot yang tadinya terasa pas sekarang terasa kecil. "Hanya \$20 per transaksi — sayang, padahal pasar lagi mendukung gaya saya." Trader menaikkan risiko tepat ketika pasar sedang cocok — lalu satu transaksi besar menghapus lima yang kecil.

Rangkaian rugi memaksa kamu berhenti (kalau protokol dijalankan). Rangkaian untung tidak memaksa apa pun — justru mendorong kamu trading lebih agresif.

Euforia setelah menang terasa seperti bukti bahwa kamu sudah "paham pasar." Padahal lima transaksi untung berturut-turut pada sistem winrate 50% juga mungkin secara statistik — sama mungkinnya dengan lima rugi. Perbedaan: rangkaian rugi terasa buruk sehingga kamu ingin berhenti; rangkaian untung terasa baik sehingga kamu ingin memperbesar. Otak tidak mengirim sinyal bahaya saat untung; justru sebaliknya. Itulah mengapa bab ini ada — proteksi saat kamu merasa paling jago.

Bisikan otak setelah rangkaian untung

- "Saya sudah jago, bisa lot lebih besar."
- "Lewati analisa, intuisi sudah tajam."
- "Risiko 2% terlalu kecil, ayo 5%."
- "Saatnya berhenti kerja, trading penuh waktu."

Semua bisikan ini **salah** — dan terlihat di riwayat sebagai lot naik, frekuensi entry naik, risiko persen naik.

Aritmetika rangkaian untung

Ambil akun \$1.000, risiko 2% (\$20) per transaksi, stop loss \$4,00 (0,05 lot). Lima untung berturut, masing-masing sekitar 1R (\$20):

Untung 1–5 : $+\$20 \times 5 = +\$100 \rightarrow$ saldo \$1.100

Tanpa protokol, trader naikan risiko ke 8% ($4 \times$ normal) karena "pasar lagi bagus":

Transaksi 6 : rugi 8% dari \$1.100 = $-\$88$
 Hasil bersih rangkaian : $+\$100 - \$88 = +\$12$

Hampir semua untung lima transaksi hilang dalam **satu** rugi. Kalau transaksi keenam tanpa stop loss atau lot dobel lagi, kerugian bisa melewati $+\$100$ — hasil bersih negatif meski lima transaksi sebelumnya benar.

Angkanya bisa diuraikan begini: kamu mengumpulkan \$100 dari lima transaksi kecil, masing-masing risiko 1R (\$20). Kemudian, karena merasa pasar mendukung, kamu membuka transaksi keenam dengan lot empat kali lipat pada stop loss yang sama. Satu kali stop loss kena menghasilkan rugi 4R, yaitu \$80. Sisa untung bersih hanya \$20 — hampir habis. Kalau stop loss ikut dilonggarkan, rugi bisa \$120, dan akun turun di bawah modal awal meski lima transaksi sebelumnya eksekusinya benar.

Contoh net negatif yang jelas:

5 untung $\times$ 1R (\$20) = $+\$100$
 1 rugi $\times$ 4R (lot $4 \times$, SL sama) = $-\$80 \rightarrow$ sisa $+\$20$ (hampir habis)
 1 rugi $\times$ 4R + SL $1,5 \times$ lebih lebar = $-\$120 \rightarrow$ sisa $-\$20$ (di bawah modal awal)

Lima untung 1R lalu satu rugi 4R bisa negatif begitu lot dan stop loss dilonggarkan bersamaan — pola yang umum setelah euforia.

Studi kasus — Rian

Rian: 12 menang berturut, akun \$500 naik ke \$750 (+50%) dalam dua minggu.

Tanpa protokol, lot naik tiga kali lipat (0,05 menjadi 0,15). Satu rugi di lot 0,15 dengan stop loss \$5,00 menghasilkan kerugian \$75. Dua rugi berturut menghapus \$150 — akun kembali ke \$480, di bawah modal awal.

Dengan protokol kunci lot, lot tetap 0,05. Satu rugi menghasilkan $-\$25$, dua rugi $-\$50$ — akun \$700, masih +40% dari modal awal. Perbedaannya bukan keberuntungan pasar; perbedaannya protokol.

Rian belajar pelajaran ini dengan cara mahal. Dua minggu euforia (+50%) diikuti dua hari panik (-36% dari puncak) karena lot naik tanpa rencana. Ia tidak rugi karena sistemnya jelek — ia rugi karena transaksi ke-13 dan ke-14 melanggar aturan ukuran posisi yang sudah ia buktikan aman selama dua belas transaksi sebelumnya.

Protokol rangkaian untung 5+ transaksi

1. KUNCI lot selama 10 transaksi berikutnya (sama dengan BAB 8.4)
2. TARIK 20% untung ke rekening terpisah
3. TETAP isi jurnal setiap transaksi
4. ANGGAP minggu depan ada rugi — itu normal
5. JANGAN posting untung di media sosial

Empat pertanyaan kenyataan

Saat rangkaian untung, jawab jujur:

1. Untung ini dari **keterampilan** atau **kondisi pasar** yang kebetulan bagus?
2. Apakah eksekusi **sesuai rencana**, atau mulai longgar?
3. Bisa **ulangi** di kondisi pasar berbeda?
4. Siap mental kalau besok rugi?

Satu jawaban ragu berarti kamu belum "naik level" — kamu hanya sedang beruntung.

Protokol ini terdengar kaku, tapi kakunya disengaja. Rangkaian untung adalah saat trader paling percaya diri — dan saat paling rentan. Kunci lot dan penarikan 20% untung memaksa kamu mengakui bahwa untung kemarin tidak menjamin untung besok.

POIN KUNCI

- Rangkaian untung memicu lot naik dan aturan melonggar — terukur di riwayat.
- Protokol: kunci lot 10 transaksi, tarik 20% untung, jurnal wajib.
- Aritmetika: lot tiga kali lipat berarti rugi tiga kali lipat — dua rugi bisa hapus dua belas menang.
- Rian: untung 50% lalu kembali di bawah modal karena lot naik tanpa protokol.
- BAGIAN 8 Bab 4 membahas sikap terlalu percaya diri; bab ini menambahkan protokol operasionalnya saat sedang untung.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mengunci lot selama 10 transaksi setelah 5 menang berturut
- ☐ Saya menarik 20% untung ke rekening terpisah
- ☐ Saya tetap mengisi jurnal saat menang
- ☐ Saya tidak mengambil keputusan hidup besar saat rangkaian untung
- ☐ Saya tidak posting untung di media sosial

LATIHAN

Latihan 1 — Audit rangkaian untung. Dari riwayat 60 hari, cari rangkaian 5+ menang. Untuk masing-masing, isi:

Panjang rangkaian : _____
Lot di transaksi ke-1 vs ke-6 : _____ vs _____
Total untung rangkaian : \$ _____
Rugi setelah rangkaian (5 transaksi) : \$ _____
Apakah protokol kunci lot dijalankan? : Ya / Tidak

Latihan 2 — Simulasi Rian. Hitung manual:

Modal \$500, 12 menang, lot 0.05, SL \$5, untung per transaksi $\approx$ \$7,50
Akun setelah 12 menang : \$ _____
Lot naik 3 $\times$ → 1 rugi : -\$ _____
2 rugi : -\$ _____
Akun setelah 2 rugi : \$ _____
Lot tetap → 2 rugi : -\$ _____
Akun dengan protokol : \$ _____

BAB 8.8

PLATEAU DAN KELELAHAN

Setelah 6–12 bulan trading, banyak trader mengalami **plateau** — akun tidak tumbuh, semangat menurun — atau **kelelahan** total. Ini fase normal, bukan tanda kamu "gagal jadi trader." Perbedaannya dengan overconfidence (BAB 8.4): plateau adalah stagnasi, bukan lot membesar. Perbedaannya dengan takut setelah rugi (BAB 8.5): plateau terasa bosan, bukan trauma.

Apa itu plateau

Plateau adalah periode ketika hasil akun datar meski kamu masih trading sesuai sistem. Persentase menang stagnan, untung bersih tidak naik signifikan selama beberapa bulan, dan kamu mulai bertanya: "Kok begini-begini saja?"

Plateau **bukan** berarti sistem berhenti bekerja. Sering kali pasar memasuki fase menyamping yang tidak cocok dengan setup mengikuti tren, atau sampel transaksi belum cukup besar untuk expectancy positif terlihat. Keunggulan statistik masih ada di backtest; live hanya sedang melewati variasi datar.

Plateau terasa seperti stagnasi tanpa alasan. Kamu masih bangun pagi, masih membuka grafik, masih entry sesuai rencana — tapi saldo naik-turun kecil selama tiga bulan tanpa tren jelas. Frustrasi muncul bukan karena kamu malas, tapi karena usaha terasa tidak dihargai. Itu normal. Keunggulan statistik tidak tampil setiap minggu; keunggulan itu baru terlihat jelas dalam ratusan transaksi. Plateau adalah variasi datar di tengah perjalanan panjang, bukan bukti bahwa kamu salah profesi.

Plateau versus sistem yang memang rusak

Keduanya terasa sama dari luar — akun tidak naik — tapi penyebab dan solusinya berbeda.

Gejala	Plateau	Sistem rusak
Kepatuhan aturan	Tetap tinggi (80%+)	Menurun
Eksekusi	Patuh, tapi hasil datar	Banyak pelanggaran
Setup sah	Muncul, hasil rata-rata	Gagal konsisten
Drawdown	Dalam batas backtest	Melewati batas backtest
Expectancy 3 bulan	Mendekati nol, positif tipis	Negatif

Cara memisahkan dari jurnal: buka 30 transaksi terakhir. Untuk setiap transaksi, tandai ya atau tidak pada tiga pertanyaan: apakah entry sesuai nama setup? Apakah stop loss tidak digeser ke arah rugi? Apakah lot sesuai perhitungan harian? Persentase kepatuhan adalah jumlah "ya" dibagi 30.

Kalau kepatuhan di atas 80% tapi untung bersih datar selama tiga bulan, itu **plateau** — istirahat satu minggu, tinjau backtest di luar sesi, jangan ganti sistem total. Kalau kepatuhan turun di bawah 70% dan pelanggaran (FOMO, revenge, overlot) naik, itu **kelelahan** — otak sudah lelah mengeksekusi,

bukan sistemnya yang mati. Solusi plateau: evaluasi sistem dan variasi pasar. Solusi kelelahan: istirahat panjang tanpa grafik.

Tanda plateau

- Persentase menang stagnan
- Akun tidak bertumbuh signifikan beberapa bulan
- Merasa "kok begini-begini saja?"
- Bosan eksekusi setup yang sama

Tanda kelelahan

- Tidak bersemangat buka grafik
- Lebih sering melanggar rencana karena lelah
- Mood naik-turun setelah trading
- Mengganggu tidur, hubungan, pekerjaan

Cara atasi plateau

1. **Tarik diri dulu** — istirahat 1–2 minggu tanpa trading
2. **Tinjau gambar besar** — apakah keunggulan statistik masih bekerja di backtest?
3. **Perbaiki sedikit, bukan revolusi** — ubah satu hal kecil, bukan ganti sistem total
4. **Pelajari konsep baru** — order block, fundamental, beberapa rentang waktu
5. **Hubungkan dengan trader lain** — komunitas sehat

Protokol istirahat terjadwal

Jangan menunggu kelelahan total. Jadwalkan istirahat sebelum tubuh memaksanya.

Mingguan (wajib):

1 hari off chart per minggu : _____ (contoh: Minggu)
Tidur minimal 7 jam sebelum sesi : Ya / Tidak

Bulanan (jika skor kelelahan ≥ 14 dari latihan di bawah):

Minggu 1 : total off – tidak buka grafik
Minggu 2 : hidup normal, hobi, olahraga
Minggu 3 : baca buku trading (bukan membuka posisi)
Minggu 4 : demo lagi, lot kecil, fokus eksekusi

Setiap 6 bulan trading konsisten: istirahat panjang 1–2 minggu meski akun stabil. Plateau sering muncul di bulan ke-6 sampai ke-12; istirahat terjadwal mencegah kelelahan mengubah plateau menjadi pelanggaran aturan.

Istirahat terjadwal bukan hadiah setelah untung besar — ia bagian rencana, seperti stop loss bagian rencana risiko. Mingguan: satu hari tanpa grafik, tidur cukup. Bulanan (jika skor kelelahan tinggi): empat minggu bertahap — off total, hidup normal, belajar tanpa order, demo lot kecil. Setiap enam bulan: satu sampai dua minggu off meski akun stabil, karena kelelahan kumulatif tidak selalu terasa sampai sudah terlambat.

Contoh — Sinta

Sinta trading 14 bulan konsisten. Bulan ke-15, persentase menang turun dari 55% menjadi 42%. Stres naik, lebih sering revenge trading.

Ia meninjau jurnal: kepatuhan turun dari 85% menjadi 62% — bukan plateau murni, melainkan kelelahan. Ia istirahat dua minggu total, pulang ke orangtua, off gadget, fokus perawatan diri. Balik demo seminggu, baru live. Persentase menang kembali 53%, lebih konsisten dari sebelum istirahat.

Kebiasaan anti-kelelahan

- Satu hari libur trading per minggu (wajib)
- Trading hanya lima hari kerja, akhir pekan off total
- Olahraga minimal tiga kali per minggu
- Hobi non-trading
- Tidur tujuh jam atau lebih — trader kurang tidur cenderung rugi lebih sering

Plateau dan kelelahan keduanya bisa diatasi dengan istirahat, tapi durasi berbeda. Plateau ringan cukup satu minggu off. Kelelahan parah butuh protokol empat minggu penuh. Jangan menebak — lihat jurnal, hitung kepatuhan, baru tentukan jenis istirahat yang kamu butuhkan. Istirahat bukan mundur — ia bagian dari trading marathon jangka panjang.

POIN KUNCI

- Plateau adalah stagnasi normal setelah 6–12 bulan; kelelahan memengaruhi hidup sehari-hari.
- Beda plateau dan sistem rusak: kepatuhan tinggi plus hasil datar versus kepatuhan turun plus pelanggaran naik.
- Aksi unik: istirahat terjadwal, bukan mendorong diri lebih keras.
- Protokol istirahat empat minggu: off, hidup normal, baca, demo.
- Sinta: istirahat dua minggu, persentase menang naik kembali.
- Trading marathon — pelari yang tidak istirahat cepat tumbang.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mengenali tanda plateau dan kelelahan
- ☐ Saya punya 1 hari libur trading per minggu
- ☐ Saya berani istirahat panjang kalau perlu
- ☐ Saya punya hobi atau aktivitas non-trading
- ☐ Saya tidur minimal 7 jam sebelum sesi trading

LATIHAN

Latihan 1 — Skor kelelahan. Isi jujur (1 berarti tidak, 5 berarti sangat):

Semangat buka grafik	: __/5
Kualitas tidur minggu ini	: __/5
Frekuensi melanggar rencana	: __/5
Trading mengganggu hubungan/kerja	: __/5
Total	: __/20

Skor ≥ 14 = pertimbangkan istirahat 1–2 minggu. Catat skor minggu depan setelah istirahat — bandingkan.

Latihan 2 — Jadwalkan istirahat. Tulis di kalender:

Hari libur trading mingguan	: _____
Istirahat panjang berikutnya (jika perlu)	: _____
Aktivitas pengganti saat istirahat	: _____

BAB 8.9

SISTEM DISIPLIN

Mayoritas trader pikir disiplin berarti kekuatan tekad. "Saya akan kuat menahan godaan."

Salah. Kekuatan tekad adalah sumber daya terbatas. Setiap keputusan menggerusnya. Pagi mungkin kuat, malam pasti lemah.

Disiplin yang bertahan jangka panjang bukan tentang kekuatan tekad. Disiplin adalah **sistem yang membuat keputusan benar menjadi default**.

Perbedaannya dengan bab-bab sebelumnya: FOMO diobati tunggu konfirmasi; revenge diobati jeda paksa; overconfidence diobati kunci lot. Bab ini tentang **desain lingkungan** yang mencegah semua pelanggaran sebelum muncul.

Dua skenario

Skenario A — Berbasis kekuatan tekad: "Saya stop trading kalau kena 2 stop loss." Saat 2 stop loss kena, otak emosional aktif. "Tapi setup ini bagus, satu lagi..." Kekuatan tekad berhadapan dengan emosi — dan emosi menang dalam sembilan puluh persen kasus.

Skenario B — Berbasis sistem: Batas rugi harian 4% ditulis pagi. Lembar pra-transaksi wajib terisi. Lot maksimum dikunci di platform. Tidak ada keputusan untuk dinegosiasikan — **sistem yang memutus**.

Empat pilar disiplin

Pilar 1 — Aturan tertulis

Aturan tidak tertulis sama saja dengan aturan tidak dijalankan. Tulis spesifik:

- Aturan entry (nama setup, kondisi)
- Aturan stop loss (jarak dalam dolar, tidak digeser ke arah rugi)
- Aturan take profit (target, trailing jika ada)
- Ukuran posisi (rumus lot)
- Batas rugi harian (4–6%)
- Kondisi berhenti trading

Pilar 2 — Rutinitas pra-transaksi

Sebelum setiap entry:

1. Periksa kepatuhan aturan
2. Isi lembar pra-transaksi (angka, bukan perasaan)
3. Hitung lot
4. Pasang stop loss & take profit di broker

5. Eksekusi
6. Tutup grafik, lepas tangan

Pilar 3 — Aturan keras saat posisi terbuka

- Stop loss tidak digeser ke arah rugi — tidak pernah
- Take profit boleh trailing sesuai aturan tertulis
- Tidak averaging posisi rugi
- Periksa posisi maksimum setiap 30 menit, bukan setiap detik

Pilar 4 — Proses pasca-transaksi

Dalam 30 menit setelah tutup:

- Apa yang terjadi
- Kepatuhan aturan (ya/tidak per poin)
- Tag kesalahan jujur
- Satu pelajaran

Desain lingkungan

Perilaku baik — mudah:

- Rencana trading tercetak di samping monitor
- Kalkulator lot bookmark di browser
- Jurnal selalu terbuka di meja

Perilaku buruk — sulit:

- Keluar dari grup sinyal
- Logout platform setelah sesi
- Notifikasi off di luar jam trading
- Lot maksimum dikunci di platform
- Batas rugi harian ditulis pagi (angka dolar, bukan persen abstrak)

Pra-komitmen

Komit di saat tenang untuk membatasi diri di saat emosional:

Metode	Cara
Teman penjaga	Partner pegang password investor; melanggar berarti posisi ditutup
Denda finansial	Setiap pelanggaran: donasi \$10 ke amal
Komitmen publik	Kirim skor disiplin harian ke satu orang

Kunci waktu

Blokir platform di jam rentan (malam, setelah rugi)

Studi kasus — Pak Yanto

Tahun 1: andalkan kekuatan tekad. Minggu demi minggu janji "disiplin." Hari 1–5 OK, hari 6–7 melanggar. Akun fluktuatif.

Tahun 2: implementasi sistem:

- Komputer trading di ruang terpisah
- Batas rugi harian otomatis
- Blokir platform 23.00–19.00
- Istri pegang akses email broker
- Setelah seduh kopi pagi, baca rencana trading

Hasil 6 bulan: pelanggaran turun dari 30% per minggu menjadi 5% per minggu. Pertumbuhan akun stabil +35%. Stres turun — sistem mengurus, otak tidak perlu kekuatan tekad terus.

Skor disiplin harian

=== SKOR DISIPLIN HARIAN ===

Tanggal: ____

Rutinitas pra-transaksi setiap entry	: ____/____
Stop loss tidak digeser ke arah rugi	: Y / N
Tidak revenge setelah stop loss	: Y / N
Tidak entry FOMO	: Y / N
Setiap transaksi tercatat	: Y / N

SKOR HARIAN: ____/10

Rata-rata minggu ini: ____/10

Target: 80% kepatuhan, bukan 100% sempurna.

Kesalahan Umum

- Pendekatan serba-atau-tidak-sama-sekali ("Sempurna mulai Senin") biasanya gagal Rabu lalu menyerah
- Kekuatan tekad sebagai satu-satunya solusi berujung kelelahan lalu kekambuhan pelanggaran
- Melewati rutinitas "karena setup bagus" memicu pelanggaran berikutnya
- Tidak melacak kepatuhan berarti kamu tidak sadar frekuensi pelanggaran kecil

POIN KUNCI

- Disiplin dibangun dari sistem dan lingkungan, bukan kekuatan tekad.
- Empat pilar: aturan tertulis, rutinitas pra-transaksi, aturan keras saat posisi terbuka, proses pasca-transaksi.
- Desain lingkungan: perilaku baik mudah, perilaku buruk sulit.
- Pra-komitmen: batasi diri saat tenang untuk melindungi saat emosional.
- Target kepatuhan 80%, bukan 100%.
- Pak Yanto: sistem menggantikan kekuatan tekad — pelanggaran turun dari 30% menjadi 5%.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya aturan trading tertulis (empat pilar)
- ☐ Saya sudah audit lingkungan trading dan ubah minimal 3 hal
- ☐ Saya punya lembar pra-transaksi wajib
- ☐ Saya sudah pasang satu metode pra-komitmen
- ☐ Saya melacak skor disiplin harian
- ☐ Saya menargetkan 80% kepatuhan, bukan kesempurnaan

LATIHAN

Latihan 1 — Audit lingkungan. List pemicu pelanggaran dan ubah satu hal minggu ini:

Pelanggaran paling sering : _____
 Pemicu lingkungan : _____
 Perubahan yang saya buat : _____
 Pelanggaran sebelum vs sesudah (7 hari): ____ vs ____

Latihan 2 — Skor disiplin 7 hari. Isi skor harian di template di atas selama 7 hari. Akhir minggu:

Rata-rata skor : ____/10
 Hari terburuk & penyebab : _____
 Satu aturan baru dari temuan : _____

Latihan 3 — Empat pilar daftar periksa. Cetak dan tempel di meja. Centang setiap pilar untuk 10 transaksi berikutnya:

Pilar 1 – Aturan tertulis dicek : ____/10
 Pilar 2 – Rutinitas pra-transaksi : ____/10
 Pilar 3 – Stop loss tidak digeser : ____/10
 Pilar 4 – Log pasca-transaksi : ____/10

BAB 8.10**RUTINITAS MENTAL HARIAN**

BAGIAN 8 Bab 9 membahas sistem disiplin — aturan, lingkungan, pra-komitmen. Bab ini membahas **ritual harian** yang mengkondisikan mental sebelum, selama, dan sesudah sesi trading. Rutinitas mengurangi kelelahan keputusan: keputusan dibuat sebelumnya, bukan di saat emosi puncak.

Kenapa rutinitas bekerja

1. Mengurangi kelelahan keputusan
2. Memicu kondisi mental yang diinginkan
3. Memberi sinyal otak: "saatnya fokus"
4. Jangkar kontrol di dunia yang kacau

Rutinitas pra-transaksi (30 menit sebelum sesi)**T–30 menit — Persiapan fisik**

- Minum air 1 gelas
- Peregangan ringan atau jalan 5 menit
- Makan ringan jika lapar
- Ke kamar mandi — tidak ada interupsi saat trading

T–20 menit — Setup lingkungan

- Tutup distraksi: pesan muted, media sosial ditutup
- Buka platform + grafik rentang waktu relevan
- Buka jurnal di tab sebelah
- Kalkulator lot siap
- Air minum di samping monitor

T–15 menit — Persiapan mental

- Baca rencana trading (cetak di samping monitor)
- Tulis di jurnal:
 - Jam tidur tadi malam: ____
 - Rangkaian terakhir: menang/rugi ke-____
 - Rugi/untung hari ini sejauh ini: \$ ____ (batas \$ ____)
 - Nama setup yang saya cari: _____
- Periksa kalender ekonomi (berita berdampak tinggi?)

T–5 menit — Tenang

- Pernapasan kotak 4-7-8 selama 3 menit
- Ulangi: "Saya bertransaksi dengan disiplin. Proses lebih penting dari hasil. Saya tidak harus entry hari ini."

Rutinitas saat transaksi

Saat setup muncul:

- Jeda 2 menit — jangan klik instan
- Periksa: nama setup? stop loss? take profit? lot? batas harian?
- Isi lembar pra-transaksi

Saat klik buy/sell:

- Pasang stop loss & take profit wajib
- Tulis entry di jurnal
- Tutup grafik atau minimize
- Set alarm jika perlu
- Lepas tangan dari mouse

Aturan: kalau kamu mengawasi terus, lot kamu **terlalu besar**.

Setelah untung:

- Akui tanpa euforia: "Eksekusi sesuai rencana."
- Tulis: skill atau keberuntungan?
- **Tidak naikkan lot, tidak entry lebih sering**

Setelah rugi:

- Berdiri dari kursi (wajib)
- Air + 5 napas dalam
- Jalan minimum 10 menit
- Tulis di jurnal: eksekusi sesuai rencana? Y/N
- Periksa batas harian: 100% kena berarti stop hari ini

Rutinitas tutup sesi harian

- Tutup platform (logout, bukan hanya minimize)
- Tulis ringkasan harian:
 - Total transaksi: ____
 - Hasil bersih: \$ ____
 - Skor emosional 1–10: ____

- Satu hal yang bangga: _____
- Satu hal perbaikan: _____
- Tutup konten trading (grup, video)
- Rencana besok singkat: jam mulai, kondisi yang ditunggu

Peninjauan mingguan (Sabtu/Minggu)

Sabtu pagi (1 jam):

- Tinjau jurnal mingguan
- Hitung: persentase menang, kepatuhan rencana %, drawdown maksimum
- Identifikasi pola pelanggaran berulang

Minggu siang (30 menit):

- Rencana minggu depan: target proses, bukan untung
- Perbaiki aturan jika perlu

Minggu sore — OFF total:

- Tidak buka grafik
- Waktu keluarga / diri sendiri

Loop kebiasaan

Setiap kebiasaan punya tiga bagian: pemicu yang memulainya, rutinitas yang dijalankan, dan hadiah yang otak dapat setelahnya.

Contoh ubah kebiasaan buruk:

- Pemicu: stop loss kena
- Rutinitas lama: buka platform, entry revenge
- Rutinitas baru: berdiri, air, jalan 10 menit
- Hadiah: stres turun, kontrol kembali

Studi kasus — Mas Fajar

Sebelum rutinitas: trading langsung saat buka platform, mengawasi grafik 4–6 jam, mood fluktuatif, hasil volatile (+10% / –8% per bulan).

Setelah rutinitas 30 menit pra-transaksi, tutup grafik setelah entry, protokol 5-langkah setelah rugi, peninjauan mingguan:

3 bulan kemudian: stres turun 70%, tidur lebih nyenyak, kepatuhan rencana naik dari 65% menjadi 90%, hasil +3–5%/bulan stabil.

"Untung naik bukan karena strategi baru. Strategi sama. Mental stabil — eksekusi jadi bersih."

POIN KUNCI

- Rutinitas pra-transaksi 30 menit membuat sesi trading berjalan dengan kepala lebih dingin.
- Saat transaksi: jeda 2 menit, lembar pra-transaksi, tutup grafik setelah entry.
- Setelah rugi: berdiri, jalan, cek batas harian — protokol berbeda dari FOMO (tunggu 5 menit) dan revenge (jeda 30 menit).
- Tutup sesi harian wajib — platform logout, ringkasan tertulis.
- Peninjauan mingguan: tinjau data, bukan perasaan.
- Mas Fajar: rutinitas meningkatkan kepatuhan dari 65% menjadi 90%, hasil jadi stabil.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya rutinitas pra-transaksi tertulis (T–30 sampai T–5)
- ☐ Saya menutup grafik setelah entry
- ☐ Saya menjalankan protokol setelah rugi (berdiri, jalan, jurnal)
- ☐ Saya menutup sesi dengan ringkasan harian
- ☐ Saya menjadwalkan peninjauan mingguan (Sabtu tinjau, Minggu off)
- ☐ Saya sudah menjalankan rutinitas minimal 5 hari berturut

LATIHAN

Latihan 1 — Rutinitas pra-transaksi 5 hari. Jalankan ritual T-30 sampai T-5 selama 5 sesi. Catat:

Hari	Ritual lengkap?	Transaksi	Kepatuhan rencana	Hasil \$
1	Y/N	_____	_____%	\$ _____
2	Y/N	_____	_____%	\$ _____
3	Y/N	_____	_____%	\$ _____
4	Y/N	_____	_____%	\$ _____
5	Y/N	_____	_____%	\$ _____
Rata-rata kepatuhan dengan ritual			: ____%	
Rata-rata kepatuhan tanpa ritual (*)			: ____%	

(*) Bandingkan dengan 5 sesi sebelumnya tanpa ritual.

Latihan 2 — Protokol setelah rugi. Di akun demo, biarkan stop loss kena. Jalankan protokol: berdiri, air, jalan 10 menit, jurnal. Catat:

Waktu stop loss kena : _____
 Waktu selesai protokol : _____
 Durasi protokol : ____ menit
 Apakah saya masuk lagi hari itu? : Ya / Tidak

Latihan 3 — Peninjauan mingguan. Sabtu depan, isi dari jurnal minggu ini:

Total transaksi : _____
 Kepatuhan rencana : ____%
 Pelanggaran paling sering : _____
 Satu aturan perbaikan minggu depan : _____

BAGIAN 9

SISTEM, JURNAL, DAN EVALUASI

10 BAB

BAB 9.1

APA ITU SISTEM TRADING DAN KOMPONENNYA

Banyak pemula bilang "saya punya strategi". Kalau ditanya detail, jawabannya: "ya kalau ada pin bar di support, saya buy". Itu bukan sistem — itu insting.

Sistem trading adalah **set aturan tertulis dan terukur** yang bisa diikuti orang lain dan menghasilkan hasil yang mirip. Tanpa sistem tertulis, kamu hanya judi sopan. Perbedaannya bukan soal indikator canggih, melainkan apakah setiap keputusan sudah dijawab sebelum pasar buka.

Strategi versus sistem

Strategi	Sistem
Kadang dipakai	Selalu dipakai
Berubah sesuai mood	Tetap di semua kondisi
Tidak terukur	Punya angka jelas
Sulit di-backtest	Bisa di-backtest
Bergantung perasaan	Bergantung aturan

Strategi adalah ide. Sistem adalah ide itu dibungkus aturan, angka, dan jadwal evaluasi sehingga bisa diuji dan diulang.

Tujuh pertanyaan yang harus bisa dijawab

Sebuah sistem harus menjawab ini dengan jelas:

1. **Apa** yang saya perdagangkan? (XAUUSD saja, fokus dulu)
2. **Kapan** masuk? (kondisi spesifik, bukan "kalau terlihat bagus")
3. **Di mana** stop loss? (jarak dalam dolar, bukan "kira-kira")
4. **Di mana** take profit? (level atau perbandingan risiko-sasaran)
5. **Berapa** lot? (rumus baku dari modal dan risiko)
6. **Kapan** berhenti trading? (batas harian, aturan sesi)
7. **Bagaimana** evaluasi? (jadwal tinjauan mingguan/bulanan)

Kalau salah satu dijawab "tergantung situasi", sistem belum siap.

Contoh: vague versus jelas

Bukan sistem:

"Saya buy emas kalau terlihat bagus."

Sistem:

Entry buy XAUUSD H1 ketika:

- Harga di atas EMA 200 H4 (tren naik)
- Pullback ke EMA 50 H1
- Muncul engulfing bullish atau pin bar di area pullback
- Lilin konfirmasi ditutup di atas high lilin pembalikan
- Risiko 1,5% per transaksi, perbandingan minimum 1:1,5
- Maksimum 2 transaksi per hari
- Jam trading 19.30–22.30 WIB saja

Aturan kedua bisa ditest, diukur, dan diulang.

Tujuh komponen wajib

Sistem lengkap punya tujuh komponen. Kalau satu hilang, sistem rapuh.

1. **Pemilihan pasar** — XAUUSD saja dulu. Fokus satu pasangan membuat jam terbang naik lebih cepat.
2. **Rentang waktu** — Trend di H4, entry di H1, konfirmasi opsional di M15. Tulis peran masing-masing, jangan campur aduk.
3. **Identifikasi setup** — Ikuti tren, breakout, atau pembalikan? Tulis kondisi entry dan kondisi **tidak masuk** (sering dilupakan, padahal penting).
4. **Aturan masuk dan keluar** — Di mana entry, di mana SL dan TP, apakah pakai trailing stop atau penutupan sebagian.
5. **Manajemen risiko** — Risiko per transaksi 1–2%, batas rugi harian 4–6%, rumus lot tetap.
6. **Aturan disiplin** — Jam trading, kuota transaksi per sesi, aturan saat rilis data, kapan stop trading hari itu.
7. **Tinjauan dan evaluasi** — Format jurnal, frekuensi tinjauan, metrik yang dilacak.

Kerangka sistem trading

Salin kerangka ini, isi dengan aturanmu, simpan di tempat yang selalu terbuka:

SISTEM TRADING SAYA v1.0

1. Pasar : XAUUSD
2. Rentang waktu : H4 (tren), H1 (entry)
3. Setup : Ikut tren, pullback ke EMA 50
4. Entry : Setelah lilin konfirmasi bullish/bearish
5. SL : Di luar ekor lilin + jarak aman \$2,00
6. TP1 : Perbandingan 1:1 (tutup 50%)
7. TP2 : Perbandingan 1:2 (tutup 50% sisanya)
8. Risiko : 1,5% per transaksi
9. Kuota : Maksimum 2 transaksi per hari
10. Batas harian : Rugi 4% = stop
11. Jam : 19.30–22.30 WIB
12. Tidak masuk : 1 jam sebelum dan sesudah rilis data berdampak tinggi
13. Jurnal : Setiap transaksi, langsung setelah entry
14. Tinjauan : Mingguan (Sabtu)

Versi kamu tidak harus sama persis, tapi setiap baris harus bisa diisi tanpa ragu.

POIN KUNCI

- Strategi adalah ide; sistem adalah ide plus aturan, angka, dan jadwal evaluasi.
- Tujuh pertanyaan (apa, kapan, SL, TP, lot, stop, evaluasi) harus punya jawaban tertulis.
- Tujuh komponen (pasar, rentang waktu, setup, entry/exit, risiko, disiplin, tinjauan) melengkapi satu sama lain.
- Aturan "kapan tidak masuk" sama pentingnya dengan aturan entry.
- Sistem yang bisa dibaca orang lain biasanya juga sistem yang bisa diuji.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya bisa menulis aturan entry saya dalam satu paragraf
- ☐ Aturan saya tidak mengandung kata "kira-kira" atau "tergantung mood"
- ☐ Orang lain bisa baca dan mengeksekusi aturan saya
- ☐ Saya bisa perkiraan berapa kali setup ini muncul per minggu
- ☐ Saya sudah menulis sistem lengkap dengan tujuh komponen
- ☐ Saya bisa mengeksekusi sistem ini tanpa berpikir tambahan
- ☐ Sistem saya punya aturan "kapan tidak masuk"
- ☐ Sistem saya punya jadwal tinjauan tertulis

LATIHAN

Latihan 1 — Tulis sistem versi nol. Isi kerangka 14 baris di atas untuk setup yang sedang kamu latih di demo. Setiap baris harus spesifik: angka, jam, nama setup. Simpan sebagai berkas teks bernama `sistem-v1.txt`.

Latihan 2 — Uji orang lain. Minta teman (bukan trader pun tidak apa-apa) membaca sistem-mu dan menandai baris mana yang masih ambigu. Perbaiki baris tersebut sampai tidak ada tanda tanya.

Latihan 3 — Hitung frekuensi. Gulir chart XAUUSD H1 selama 4 minggu terakhir. Hitung berapa kali setup-mu benar-benar muncul. Tulis angkanya di baris 3 kerangka sistem. Kalau nol, setup terlalu ketat atau terlalu longgar.

BAB 9.2

EDGE: KENAPA KAMU BISA UNTUNG JANGKA PANJANG

Kalau saya tanya "Apa edge kamu di pasar?", bisa kamu jawab dalam 30 detik tanpa ragu? Kalau tidak, kamu trading tanpa alasan kenapa kamu bisa menang jangka panjang. Itu seperti masuk ring tinju tanpa tahu kelebihanmu apa.

Edge adalah keunggulan statistik di pasar — sesuatu yang membuat hasil trading kamu lebih baik dari acak dalam jangka panjang. Edge bukan janji kemenangan tiap transaksi. Edge adalah angka rata-rata setelah ratusan transaksi yang dijalankan sama.

Apa yang membuat edge nyata

Edge nyata punya empat ciri. Pertama, **spesifik**: bukan "saya paham emas", tapi "ketika harga menembus level harian lalu gagal lanjut, saya entry berbalik". Kedua, **bisa salah**: ada kondisi yang jelas di mana hipotesis itu gagal. Ketiga, **terukur**: hasilnya dicatat dalam R, bukan dalam perasaan. Keempat, **stabil antar periode**: edge yang hanya muncul di satu bulan historis belum layak dipercaya.

Coba tulis edge-mu dalam **satu kalimat yang bisa salah**. Contoh: "Pada jam overlap London–New York, penembusan level harian yang gagal cenderung berbalik minimal \$3 sebelum melanjutkan arah semula." Kalimat itu spesifik. Kalau setelah 100 transaksi harga hanya berbalik \$1, hipotesis salah — dan kamu tahu harus perbaiki, bukan menutup mata.

Tiga hal yang sering disangka edge tapi bukan

Indikator populer. RSI overbought, golden cross, atau kombinasi tiga indikator bukan edge otomatis. Jutaan trader memakai alat yang sama. Edge muncul dari **konteks dan aturan masuk-keluar** yang kamu tulis sendiri, bukan dari nama indikator di chart.

Rasa "sudah paham pasar". Setelah beberapa minggu demo untung, otak mengira kamu sudah membaca emas. Itu kecenderungan konfirmasi, bukan keunggulan statistik. Pasar tidak "memberi sinyal" pada orang yang paling percaya diri — pasar memberi tagihan pada orang yang tidak punya data.

Sepuluh transaksi terakhir. Tiga menang berturut-turut bukan edge. Tiga rugi juga bukan bukti sistem rusak. Variance membuat sampel kecil menipu. BAGIAN 3 Bab 4 menjelaskan **expectancy** — satu angka yang menggabungkan winrate dan ukuran untung/rugi. Expectancy positif dari **100 transaksi** backtest jujur adalah bukti awal edge; di bawah angka itu, kamu masih menebak.

Sumber edge yang bisa diuji

Edge bisa berasal dari statistik setup (winrate dan perbandingan risiko-sasaran positif), disiplin eksekusi, manajemen risiko, pemahaman karakter XAUUSD di sesi tertentu, atau psikologi yang terkendali. Edge **bukan** indikator rahasia, sinyal mentor, Expert Advisor canggih, atau perasaan yang "terasa akurat".

Contoh perbandingan

Mbak Nia menulis edge-nya dengan jelas: trend follow pullback ke EMA 50 di XAUUSD H1. Dari 100 transaksi backtest, winrate-nya 52% dengan perbandingan rata-rata 1:1,7 — expectancy positif sekitar +0,4R per transaksi. Ia mengeksekusi 92% transaksi sesuai rencana; sisanya tercatat di kolom pelanggaran jurnal BAGIAN 9 Bab 6.

Pak Doni, yang pernah kena margin call, tidak punya angka serupa. Setup-nya "perasaan". Winrate tidak dihitung, perbandingan risiko-sasaran tidak ditulis, dan konsistensi eksekusi praktis nol karena aturan berubah setiap minggu.

Edge Mbak Nia kecil tapi nyata. Edge Pak Doni nol — itulah sebabnya dia kalah.

Cara menguji klaim edge sendiri

Mulailah dengan menulis hipotesis edge dalam satu kalimat seperti contoh overlap London–New York di atas. Lalu backtest **100 transaksi** di data historis dengan aturan identik rencana akun sesungguhnya. Catat hasil per transaksi dalam kolom **hasil (R)** — format yang sama dengan templat jurnal BAGIAN 9 Bab 6. Terakhir, hitung expectancy dari 100 transaksi itu. Rumus dan contoh perhitungannya ada di BAGIAN 3 Bab 4; bab ini tidak menghitung ulang dari nol.

Interpretasi sederhana: expectancy positif berarti sistem menghasilkan lebih banyak R saat benar daripada R yang hilang saat salah. Expectancy negatif berarti perbaiki aturan atau ganti setup — bukan menambah lot. Edge kecil (+0,2R hingga +0,5R) plus disiplin jauh lebih layak dipercaya daripada klaim "winrate 80%" tanpa sampel.

Kalau setelah 100 transaksi expectancy masih di nol atau negatif, jangan cari alasan di pasar dulu. Tanya: apakah aturan masuk terlalu longgar? Apakah SL terlalu ketat sehingga sering kena sebelum TP? Apakah kamu menghitung spread? Satu perubahan sekaligus, lalu uji lagi 30 transaksi — bukan lima perubahan sekaligus yang membuat kamu tidak tahu mana yang membantu.

Edge kecil versus edge besar tanpa data

Trader pemula sering menunggu "edge sempurna" sebelum mulai. Edge sempurna tidak ada. Mbak Nia dengan +0,4R per transaksi dan risiko 1% per transaksi menghasilkan rata-rata +0,4% akun per transaksi — kecil per transaksi, baru terasa berarti setelah 200 transaksi. Pak Doni dengan perasaan "sudah paham" tapi tanpa angka tidak punya dasar untuk membesarkan atau mengecilkan lot. Edge kecil plus disiplin mengalahkan edge besar yang hanya ada di cerita.

Satu hal lagi: edge harus bisa diuji ulang. Kalau hipotesis overlap London–New York hanya untung di Januari dan merugi di Februari tanpa penjelasan, itu belum edge — itu kebetulan musiman. Pecah sampel per kuartal atau per kondisi pasar (range versus trend) sebelum kamu yakin. Expectancy dari BAGIAN 3 Bab 4 tetap patokan utama; bab ini hanya menambah cara memvalidasi klaim edge-mu sendiri.

Dua ambang sampel untuk klaim edge

BAGIAN 9 Bab 3 memakai dua angka minimum: **30 transaksi** untuk menyaring sistem yang jelas buruk, dan **100 transaksi** untuk keputusan yang layak dibawa ke forward test. Angka yang sama berlaku saat kamu menguji klaim edge, bukan hanya sistem lengkap.

Setelah 30 transaksi simulasi, tanyakan: apakah hipotesis edge-mu sudah terlihat salah? Kalau expectancy masih di nol padahal kamu yakin aturan sudah benar, periksa dulu apakah spread masuk perhitungan dan apakah kamu tidak melihat lilin masa depan. Setelah 100 transaksi, bandingkan expectancy per kuartal — edge yang hanya hidup di satu kuartal belum layak dipercaya.

Saat mencatat, pakai kolom **setup** dan **hasil (R)** dari templat jurnal BAGIAN 9 Bab 6, meski transaksinya simulasi. Nanti saat forward test, format catatan tidak berubah; hanya sumber datanya yang bergeser dari chart historis ke pasar sungguhan.

POIN KUNCI

- Edge adalah keunggulan statistik, bukan perasaan atau indikator rahasia.
- Edge nyata bisa dinyatakan dalam satu kalimat spesifik yang bisa salah.
- Tiga bukan-edge umum: indikator populer, rasa paham pasar, sepuluh transaksi terakhir.
- Expectancy positif dari 100 transaksi backtest jujur adalah bukti edge awal (lihat BAGIAN 3 Bab 4).
- Tanpa edge, pasar itu kasino. Dengan edge dan disiplin, pasar itu bisnis.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu apa edge saya
- ☐ Saya bisa menjelaskan edge saya dalam 30 detik
- ☐ Edge saya didukung data backtest, bukan perasaan
- ☐ Saya tidak mencampur strategi lain selama edge ini diuji

LATIHAN

Latihan 1 — Ucapan singkat edge. Tulis edge-mu dalam maksimum tiga kalimat. Waktu baca: 30 detik. Kalau lebih panjang, belum cukup jelas.

Latihan 2 — Jawab lima pertanyaan. Tulis jawaban jujur:

1. Setup spesifik saya: ____
2. Winrate historis: ____% (dari ____ transaksi)
3. Perbandingan rata-rata: 1: ____
4. Frekuensi setup per minggu: ____
5. Kenapa setup ini punya edge: ____ Kalau ada yang kosong, itu pekerjaan backtest-mu minggu ini.

Latihan 3 — Bandingkan dua trader. Dari contoh Mbak Nia dan Pak Doni di atas, buat tabel dua kolom untuk dirimu sendiri: "sudah saya ukur" versus "belum saya ukur". Fokus minggu depan: pindahkan satu baris dari kanan ke kiri.

BAB 9.3

CARA BACKTEST YANG BENAR

Backtest adalah **simulasi sistem kamu di data historis**. Trader profesional selalu backtest sebelum akun sungguhan. Kebanyakan trader ritel melewatinya — dan belajar dari uang mereka, bukan dari data.

Tujuan backtest

Backtest menjawab empat pertanyaan sebelum uang sungguhan terlibat. Pertama, apakah sistem ini punya edge? Kedua, bagaimana karakternya — winrate, perbandingan, drawdown? Ketiga, apakah kamu cukup percaya pada sistem saat rangkaian rugi datang? Keempat, di kondisi pasar mana setup bekerja atau bocor? Tanpa jawaban tertulis, kamu masuk akun sungguhan dengan harapan, bukan dengan rencana.

Jumlah transaksi minimum

Jangan menyimpulkan apa pun dari kurang dari 30 transaksi — itu hanya cukup untuk menyaring sistem yang jelas buruk (expectancy sangat negatif, aturan tidak pernah terpenuhi).

Untuk keputusan "sistem layak forward test", butuh minimal 100 transaksi. Di bawah angka itu, variance terlalu besar: 10 transaksi beruntung bisa menyembunyikan sistem yang sebenarnya merugi.

Dua transaksi per hari berarti sekitar 50 hari kerja untuk 100 transaksi. Itu investasi waktu, bukan formalitas.

Prosedur backtest manual di MetaTrader

Langkah berikut bisa kamu jalankan hari ini dengan MetaTrader dan spreadsheet, tanpa Expert Advisor.

Langkah 1: Pilih periode. Ambil minimal 6 bulan data terakhir untuk sistem intraday emas (H1/H4), atau sampai terkumpul 100 transaksi sah — mana yang lebih dulu tercapai. Periode lebih panjang lebih baik kalau setup jarang muncul (misalnya hanya 2–3 kali seminggu).

Langkah 2: Siapkan chart. Buka XAUUSD di rentang waktu entry (misalnya H1). Geser chart ke awal periode backtest. Di MetaTrader, **sembunyikan lilin di kanan** dengan menarik skala waktu atau memakai mode gulir manual — jangan biarkan lilin masa depan terlihat saat kamu menilai setup. Prinsipnya: pada saat kamu "memasuki" transaksi simulasi, kamu hanya boleh melihat lilin yang sudah ditutup sebelum entry.

Langkah 3: Gulir lilin satu per satu. Tekan panah kanan atau bilah gulir perlahan. Entry hanya kalau setup sah menurut aturan tertulis. Jangan "memperbaiki" aturan di tengah jalan. Catat setiap transaksi segera — jangan tunggu 10 transaksi baru buka spreadsheet.

Langkah 4: Catat spread setiap transaksi. Backtest tanpa spread **melebihi-lebihkan** hasil, terutama di emas. Spread normal \$0,20–0,50 per transaksi; lebih lebar saat rilis data. Anggap spread \$0,30

sebagai default konservatif kalau kamu belum tahu broker. Kurangi spread dari hasil simulasi setiap transaksi.

Langkah 5: Hitung statistik. Setelah 30 transaksi, periksa apakah sistem jelas buruk. Setelah 100 transaksi, hitung winrate, perbandingan rata-rata, expectancy dalam R, dan drawdown maksimum. Expectancy dihitung dalam R; definisi dan rumus ada di BAGIAN 3 Bab 4.

Kolom spreadsheet untuk backtest

Buat tab terpisah bernama `backtest`. Kolom inti selaras dengan templat jurnal BAGIAN 9 Bab 6 supaya nanti mudah dibandingkan dengan forward test:

Kolom	Isi
Tanggal	Hari transaksi simulasi
Setup	Nama setup dari sistem
Arah	buy / sell
SL (dolar)	Jarak stop loss
TP (dolar)	Jarak take profit
Hasil (dolar)	Untung/rugi kotor simulasi
Spread (\$)	Biaya spread saat entry
Hasil (R)	$(\text{Hasil \$} - \text{spread}) \div \text{risiko \$}$

Kolom **hasil (R)** sama definisinya dengan jurnal BAGIAN 9 Bab 6: satu R adalah dolar yang dirisikokan. Untuk backtest, risiko dihitung dari lot simulasi $\times 100 \times$ jarak SL.

Contoh satu transaksi simulasi

Reza menggulir chart XAUUSD H1 ke 14 Maret. Ia hanya melihat lilin sampai tanggal itu — lilin di kanan disembunyikan. Setup pullback ke EMA 50 muncul; lilin konfirmasi ditutup di atas high lilin pembalikan. Entry buy simulasi, SL \$2,50 di bawah ekor, TP \$4,00 (perbandingan 1:1,6). Lot simulasi 0,02, risiko \$5.

Harga bergerak ke TP simulasi: hasil kotor +\$8. Setelah spread \$0,30 dikurangi, hasil bersih +\$7,70. Hasil (R) = $\$7,70 \div \$5 = +1,54R$. Baris itu langsung masuk spreadsheet tab `backtest` dengan kolom yang sama seperti jurnal BAGIAN 9 Bab 6. Reza tidak melompat ke minggu depan untuk "memastikan" menang — ia sudah tahu hasilnya dari lilin berikutnya yang ia gulir satu per satu.

Saat rilis data NFP, Reza menandai spread \$0,50 di kolom spread meski simulasi entry di jam tenang — backtest jujur memasukkan kondisi buruk, bukan hanya hari ideal. Itulah sebabnya 100 transaksi butuh waktu: kamu menunggu setup sah, bukan memaksakan entry agar cepat selesai.

Alat backtest selain MetaTrader

Alat	Tipe	Cocok untuk
MT4/MT5 Strategy Tester	Otomatis (EA)	Sistem dengan kode
Forex Tester	Manual dan otomatis	Backtest manual realistis
TradingView Replay	Manual	Gulir lilin satu per satu
Spreadsheet + tangkapan layar	Manual	Gratis, sederhana

Kalau kamu belum punya Expert Advisor, kombinasi MetaTrader plus spreadsheet sudah cukup. Yang penting bukan alatnya, melainkan apakah kamu menggulir lilin tanpa melihat masa depan dan apakah spread masuk perhitungan.

Saat menggulir chart mundur, anggap kamu berada di tanggal simulasi: tutup lilin di kanan, jangan melompat ke minggu depan untuk melihat apakah transaksi menang. Setiap kali godaan itu muncul, ingat bahwa backtest curang hanya membuat forward test lebih pedih.

Dari 30 ke 100 transaksi: jangan ubah aturan di tengah

Setelah transaksi ke-30, kamu boleh bertanya: "Apakah sistem ini jelas buruk?" Kalau expectancy $-0,5R$ atau lebih, hentikan dan perbaiki aturan sebelum lanjut. Kalau masih ambigu (misalnya $+0,1R$ dengan drawdown besar), lanjutkan sampai 100 tanpa mengubah satu pun baris sistem. Mengubah aturan di transaksi ke-47 karena "tiga rugi berturut-turut" merusak seluruh sampel — itu bukan backtest, itu mencari alasan.

Contoh backtest realistis

Reza backtest sistemnya tiga bulan terakhir XAUUSD H1. Ia menemukan 87 transaksi sah — belum cukup untuk keputusan final, jadi ia lanjut sampai 100 tanpa mengubah aturan. Winrate sementara 50,5% (44 menang), rata-rata untung $1,8R$ dan rata-rata rugi $1R$, sehingga expectancy $+0,4R$ per transaksi. Spread rata-rata \$0,25 per transaksi menurunkan expectancy menjadi $+0,35R$. Rugi beruntun terpanjang enam transaksi; drawdown maksimum $6R$.

Dengan risiko 1% per transaksi, drawdown historis setara 6% akun. Sistem layak forward test asal Reza melengkapi sampai 100 transaksi tanpa mengubah satu pun baris aturan.

Kesalahan umum saat backtest

- **Curang** — melihat hasil lilin sebelum entry
- **Memilih yang enak** — hanya mencatat transaksi menang
- **Dispensasi aturan** — "kali ini saya entry walaupun aturan tidak terpenuhi"
- **Sampel terlalu kecil** — 10 transaksi tidak sah

- **Lupa spread** — hasil terlihat untung, akun sungguhan langsung rugi

POIN KUNCI

- Backtest belajar gratis dari masa lalu; lewati backtest berarti belajar bayar di akun sungguhan.
- Minimum 30 transaksi untuk menyaring sistem buruk; minimum 100 untuk kesimpulan yang bisa dipercaya.
- Spread wajib dicatat — backtest tanpa spread melebihi-lebihkan hasil emas.
- Expectancy dalam R lebih andal daripada total dolar untuk membandingkan periode.
- Aturan backtest harus identik dengan aturan akun sungguhan; dispensasi merusak data.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya pernah backtest minimal 100 transaksi (atau sedang menuju angka itu)
- ☐ Saya backtest dengan jujur tanpa melihat lilin masa depan
- ☐ Saya mencatat spread setiap transaksi simulasi
- ☐ Saya catat hasil di spreadsheet dengan kolom dolar dan R
- ☐ Saya hitung expectancy dari hasil backtest

LATIHAN

Latihan 1 — Setup spreadsheet. Buat tabel dengan kolom: tanggal, arah, SL (\$), TP (\$), lot, hasil (\$), spread (\$), hasil (R). Isi 10 transaksi simulasi dari chart historis.

Latihan 2 — Bandingkan dengan dan tanpa spread. Dari 10 transaksi tadi, hitung expectancy dua kali: (a) tanpa spread, (b) setelah kurangi spread. Tulis selisihnya. Itu "biaya optimisme" backtest-mu.

Latihan 3 — Target 100. Tentukan tanggal target untuk menyelesaikan 100 transaksi simulasi. Tulis: "Transaksi ke-100 selesai tanggal ____." Tempel di meja trading.

BAB 9.4

FORWARD TEST: JEMBATAN KE AKUN NYATA

Backtest sudah selesai dan sistem terbukti positif di data historis. Langkah berikutnya bukan langsung ke akun sungguhan. Kamu masuk dulu ke **forward test**, yaitu menguji sistem di **kondisi pasar sungguhan** dengan **akun demo** atau **akun sungguhan berukuran sangat kecil**.

Forward test ada karena backtest tidak pernah meniru kondisi trading sesungguhnya sepenuhnya. Di backtest, spread tetap, tidak ada jeda saat kamu ragu, dan tidak ada dorongan untuk geser stop loss. Di akun sungguhan, ketiga hal itu memakan expectancy.

Kenapa forward test tidak bisa dilewati

Backtest tidak menangkap emosi saat harga bergerak — FOMO, balas dendam, takut setelah dua rugi berturut-turut. Backtest juga tidak menghitung slippage dan spread yang melebar saat volatilitas naik. Ia tidak menguji eksekusi kamu: apakah kamu benar-benar entry saat setup muncul, atau menunggu konfirmasi ekstra yang tidak ada di aturan? Terakhir, backtest tidak menangkap psikologi rangkaian rugi — saat drawdown terasa nyata di saldo, bukan hanya angka di spreadsheet.

Angka membantu melihat dampaknya. Ambil sistem dengan expectancy $+0,4R$ di backtest (100 transaksi, spread sudah dikurangi). Di forward test empat minggu, biaya tambahan realistis tercantum di tabel berikut.

Biaya	Penurunan expectancy perkiraan
Spread melebar rata-rata $+\$0,15$	$-0,05R$
Slippage saat volatilitas	$-0,05R$ hingga $-0,10R$
Exit terlalu cepat / geser SL	$-0,10R$ hingga $-0,20R$
Total	$-0,20R$ hingga $-0,35R$

Expectancy $+0,4R$ turun ke $+0,1R$ atau $+0,2R$ — **masih positif, masih layak**. Sistemnya tidak rusak; yang terlihat adalah biaya eksekusi nyata. Kalau expectancy turun jadi negatif padahal backtest positif, yang berubah hampir selalu **cara kamu mengeksekusi**, bukan aturan sistem. Perbaiki disiplin dulu sebelum mengubah setup.

Contoh konkret: Rudi backtest 100 transaksi, expectancy $+0,4R$ setelah spread. Forward test 28 transaksi di demo: expectancy $+0,05R$. Rudi panik, mengganti setup. Padahal kolom **catatan pelanggaran** jurnal BAGIAN 9 Bab 6 menunjukkan 8 dari 28 transaksi melanggar aturan (geser SL, entry FOMO). Kalau pelanggaran itu dihapus dari perhitungan, expectancy demo naik ke $+0,25R$ — sistem masih hidup, eksekusi yang bocor. Rudi seharusnya lanjut forward test fokus disiplin, bukan rombak total strategi.

Perbedaan $+0,4R$ ke $+0,1R$ terdengar kecil, tapi artinya sistem masih menghasilkan lebih banyak R saat benar daripada saat salah — hanya biaya eksekusi yang memakan sebagian margin. Kalau turun ke

negatif, jangan salahkan pasar dulu; bandingkan kolom pelanggaran dengan transaksi patuh.

Backtest juga tidak memuat **jeda keputusan** — waktu antara setup muncul dan tombol order ditekan. Di simulasi, kamu bisa entry persis saat lilin ditutup. Di pasar sungguhan, keraguan menambah beberapa detik atau menit; harga sudah bergerak \$0,50 sebelum kamu masuk. Itu bukan kerusakan sistem, tapi biaya eksekusi yang harus terlihat di forward test, bukan disembunyikan dengan mengatur ulang saldo demo.

Empat minggu forward test bukan formalitas kalender. Minggu pertama menguji apakah kamu entry saat setup muncul. Minggu kedua menguji apakah jurnal BAGIAN 9 Bab 6 terisi jujur. Minggu ketiga menguji apakah kamu tetap patuh setelah tiga rugi beruntun. Minggu keempat baru waktu kalibrasi kecil — bukan rombak total strategi karena demo merugi dua hari berturut-turut.

Perbedaan akun demo dan akun kecil untuk forward test

Akun demo cocok untuk minggu pertama dan kedua: kamu fokus pada eksekusi tanpa tekanan saldo. Akun sungguhan berukuran sangat kecil (\$50–\$100) cocok untuk minggu ketiga dan keempat: emosi sedikit lebih nyata, spread dan slippage persis seperti nanti. Jangan melompat dari backtest langsung ke akun \$500 hanya karena demo untung dua minggu. Dua minggu bukan sampel; empat minggu dengan jurnal lengkap baru sampel awal yang layak dinilai.

Forward test empat minggu

Minggu	Fokus
1	Eksekusi sesuai rencana, tidak peduli untung/rugi
2	Konsistensi jurnal dan evaluasi
3	Kontrol emosi saat rangkaian rugi
4	Kalibrasi sistem (kalau perlu)

Kriteria lulus

Empat kriteria harus dinilai di akhir minggu ke-4:

- Eksekusi sesuai rencana $\geq 90\%$
- Expectancy positif (walaupun kecil)
- Tidak melanggar manajemen risiko
- Mampu kontrol emosi setelah 3+ rugi beruntun

Kalau **3 dari 4** tercapai, kamu boleh pindah ke akun kecil (\$50–\$100). Kalau kurang, lanjut forward test empat minggu lagi — bukan menambah lot di demo.

Contoh

Ratna forward test empat minggu di akun demo \$1.000. Ia menutup 32 transaksi dengan winrate 53% dan expectancy +0,3R. Eksekusi sesuai rencana tercapai pada 28 dari 32 transaksi (87%); empat sisanya melanggar rencana — dua kali FOMO, dua kali balas dendam.

Putusannya: sistem layak, disiplin perlu diasah. Ia lanjut forward test dua minggu fokus disiplin sebelum beralih ke akun sungguhan.

Cara praktis forward test

Perlakukan akun demo seserius akun sungguhan — sembrono di demo berarti sembrono nanti. Ukuran lot di demo harus proporsional dengan modal sungguhan: modal \$100, demo juga \$100, bukan \$10.000. Isi jurnal dengan format BAGIAN 9 Bab 6; kolom hasil (R) dan catatan pelanggaran wajib. Jangan mengatur ulang saldo demo saat rugi; biarkan drawdown terasa supaya latihan psikologi jujur.

Apa yang dicatat selama forward test

Setiap transaksi forward test masuk jurnal BAGIAN 9 Bab 6 — kolom setup, hasil (R), dan **catatan pelanggaran** wajib. Di akhir minggu, bandingkan expectancy forward test dengan backtest. Selisih besar tanpa pelanggaran berarti periksa spread broker dan slippage. Selisih besar dengan banyak pelanggaran berarti fokus disiplin, bukan ganti indikator. Forward test yang tidak dicatat sama telitinya dengan backtest hanya membuang waktu empat minggu. Target minimum forward test: **20 transaksi** dengan jurnal lengkap, selain empat minggu kalender — supaya expectancy forward test punya sampel setara setengah backtest singkat, bukan hanya "dua minggu untung kebetulan". Tanpa angka, forward test hanya perasaan — dan perasaan sudah terbukti menipu di bab edge.

POIN KUNCI

- Backtest mengukur sistem; forward test mengukur kamu sebagai trader.
- Expectancy +0,4R di backtest bisa turun ke +0,1R di forward test karena biaya — itu normal kalau masih positif.
- Expectancy negatif setelah backtest positif biasanya masalah eksekusi, bukan sistem.
- Kriteria lulus: 3 dari 4 (eksekusi, expectancy, risiko, emosi).
- Mengatur ulang demo saat rugi merusak latihan psikologi.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya forward test minimal 4 minggu sebelum akun sungguhan
- ☐ Saya melacak persentase eksekusi sesuai rencana
- ☐ Saya tidak mengatur ulang demo saat rangkaian rugi
- ☐ Saya jujur dengan hasil forward test saya

LATIHAN

Latihan 1 — Kontrak forward test. Tulis tanggal mulai, tanggal selesai (minggu ke-4), dan empat kriteria lulus. Tandatangani di kertas.

Latihan 2 — Skor eksekusi harian. Setiap hari forward test, tulis: transaksi sesuai rencana ____ / total ____ . Target mingguan: $\geq 90\%$.

Latihan 3 — Putusan minggu ke-4. Isi tabel: kriteria | ya/tidak | bukti. Kalau kurang dari 3 ya, tulis tanggal mulai forward test putaran 2.

BAB 9.5

MENGUKUR PERFORMA SISTEM

Sistem sudah jalan beberapa bulan. Pertanyaannya: bagus, biasa, atau buruk? Tanpa tolok ukur, kamu hanya memeriksa saldo — itu bukan evaluasi performa.

Evaluasi performa berarti melangkah mundur dari transaksi individual untuk melihat gambaran besar. Trader ritel tipikal hanya melihat saldo hari ini dan kemarin. Evaluasi nyata memakai metrik multi-dimensi yang dibandingkan dengan tolok ukur acuan yang realistis.

Metrik inti

Lacak **mingguan**:

Metrik	Arti
Untung/rugi bersih	Total untung minus rugi minus biaya
Winrate	Persentase transaksi untung
Perbandingan tercapai	Rata-rata untung ÷ rata-rata rugi (aktual, bukan rencana)
Drawdown maksimum	Penurunan terbesar dari puncak saldo
Jumlah transaksi	Indikator terlalu sering atau terlalu jarang trading

Untung/rugi bersih adalah skor akhir. Tidak bisa dibohongi.

Winrate berguna hanya bersama perbandingan — BAGIAN 9 Bab 8 membahasnya.

Perbandingan tercapai mengungkap apakah kamu menutup terlalu cepat: rencana 1:2 tapi tercapai 1:1,4 menandakan masalah disiplin exit.

Drawdown adalah metrik risiko paling jujur. Imbal hasil 8%/bulan dengan drawdown 25% bukan setara dengan imbal hasil 5%/bulan dengan drawdown 8%.

Metrik pendukung

Lacak **bulanan**:

Metrik	Arti	Interpretasi
Profit factor	Total untung ÷ total rugi	< 1 = rugi; 1,3–1,8 = bagus
Rangkaian rugi terpanjang	Rugi beruntun maksimum	Uji toleransi psikologis
Durasi rata-rata posisi	Menit/jam menahan posisi	Cocok dengan gaya trading?
Biaya ÷ untung kotor	Spread + slippage	> 15% = terlalu mahal

Profit factor lebih nuans daripada winrate saja karena memperhitungkan ukuran untung dan rugi.

Benchmark realistis trader ritel

Metrik	Buruk	OK	Bagus
Winrate	< 40%	40–55%	55–65%
Profit factor	< 1	1–1,3	1,3–1,8
Perbandingan tercapai	< 1:1	1:1–1:1,5	1:1,5–1:2
Drawdown maks	> 30%	20–30%	10–20%
Imbal hasil bulanan	Negatif	0–3%	3–8%

Imbal hasil bulanan di atas 20% biasanya datang dengan risiko ekstrem. Hati-hati dengan pameran "100% per bulan" — itu tidak bisa bertahan.

Target konsisten 12 bulan: 3–8% per bulan, drawdown < 20%, profit factor > 1,3. Itu sudah lebih baik dari mayoritas trader ritel.

Metrik kosmetik (abaikan)

- Transaksi terbaik tunggal — faktor keberuntungan
- Rangkaian untung terpanjang — variance, bukan skill
- Imbal hasil bulan terbaik — angka pilihan
- Jumlah follower — tidak relevan

Bandingkan dengan tolok ukur acuan, bukan influencer

1. **Diri sendiri historis** — Bulan ini dibanding bulan lalu. Pola: membaik, memburuk, atau stagnan?
2. **Benchmark realistis** — Pemula 0–3%/bulan; menengah 3–7%; lanjut 5–12%. Imbal hasil tahunan di atas 100% sangat jarang dan hampir selalu melibatkan variasi besar.
3. **Imbal hasil disesuaikan risiko** — Untung 100% dalam sebulan dengan drawdown 50% adalah imbal hasil buruk disesuaikan risiko. Untung 5%/bulan dengan drawdown 8% adalah imbal hasil yang sangat baik.

Contoh tinjauan bulanan

Tono, 6 bulan tracking, 200+ transaksi, bulan ke-6:

- Untung/rugi bersih: +\$320 (3,2% akun)
- Winrate: 56%
- Perbandingan tercapai: 1:1,4 (rencana 1:2)

- Drawdown maks: −\$180 (1,8%)
- 35 transaksi; profit factor 1,65
- Biaya 12% dari untung kotor

Interpretasi: Untung konsisten, drawdown terkendali. Gap perbandingan (rencana versus aktual) menandakan exit terlalu cepat. Biaya 12% berarti pertimbangkan broker.

Rencana: (1) Stop tutup manual sebelum 70% target; (2) bandingkan spread broker.

Frekuensi tinjauan

Periode	Fokus
Harian	Eksekusi tiap transaksi (jurnal)
Mingguan	Pola kesalahan, emosi — BAGIAN 9 Bab 9
Bulanan	Statistik lengkap, expectancy
Kuartalan	Edge masih bekerja? Perbaiki sistem?

Kesalahan umum

- Fokus harian saja — naik turun emosi tanpa perspektif bulanan
- Obsesi winrate tanpa konteks — winrate 80% dari 5 transaksi hanya variasi acak
- Bandingkan dengan bulan puncak — +3% stabil lebih baik dari +15% sekali
- Abaikan biaya — untung \$500, biaya \$80, net \$420
- Tidak arsipkan — tidak bisa bandingkan tanpa data bulan lalu

POIN KUNCI

- Evaluasi performa bukan sekadar memeriksa saldo. Pakai metrik inti mingguan, pendukung bulanan.
- Winrate, perbandingan, dan drawdown membentuk trio performa nyata.
- Bandingkan dengan diri sendiri historis dan benchmark realistis, bukan klaim influencer.
- Imbal hasil disesuaikan risiko lebih penting dari imbal hasil absolut.
- Biaya (spread, slippage) wajib masuk perhitungan untung bersih.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu benchmark realistis untuk sistem saya
- ☐ Saya tidak terjebak target ambisius (50%+/bulan)
- ☐ Saya punya tinjauan bulanan tertulis
- ☐ Saya melacak winrate, perbandingan, dan drawdown bersama-sama
- ☐ Saya bandingkan performa dengan target realistis, bukan klaim media sosial
- ☐ Saya menghitung biaya trading sebagai persentase untung kotor

LATIHAN

Latihan 1 — Metrik inti mingguan. Dari jurnal BAGIAN 9 Bab 6, isi untuk minggu ini:

Untung/rugi bersih : \$_____
Winrate : ____%
Perbandingan tercapai : 1:____
Drawdown minggu : \$____ (____% akun)
Jumlah transaksi : ____

Latihan 2 — Profit factor. Dari bulan ini: total untung \$, **total rugi** \$. Profit factor = ____ . Target minimum: 1,3.

Latihan 3 — Bandingkan dua bulan. Salin metrik inti bulan lalu dan bulan ini berdampingan. Satu kalimat: membaik / memburuk / datar, karena ____.

BAB 9.6**KENAPA PERLU JURNAL, DAN CARA MENINJAU TRANSAKSI**

Setiap trader pernah dengar "kamu harus jurnal". Setiap trader mengangguk. Sebagian besar tidak mulai — atau berhenti setelah seminggu dengan catatan "hari ini rugi \$30" tanpa temuan yang bisa dipakai.

Mayoritas trader ritel tidak jurnal, atau jurnal dangkal. Bukan karena malas, tapi karena **otak manusia tidak bisa melacak pola trading** tanpa catatan tertulis.

Tiga kelemahan otak yang jurnal ganti

Kecenderungan memori. Otak selektif mengingat: untung besar karena dopamin, rugi besar karena trauma, transaksi emosional. Yang sulit diingat: 10 transaksi kecil, pelanggaran aturan kecil yang menumpuk. Tanpa jurnal, kamu overestimate edge dan underestimate kesalahan.

Kecenderungan konfirmasi. Kalau kamu yakin "strategi saya bagus", otak ingat transaksi yang mendukung dan melupakan yang membantah. Jurnal memaksa data objektif.

Kecenderungan terkini. Tiga menang terakhir membuat kamu terlalu percaya diri, lalu lot membesar. Tiga rugi membuat takut, lalu setup bagus terlewat. Jurnal memberi pandangan statistik jangka panjang.

Apa yang jurnal lakukan dan tidak lakukan

Jurnal **tidak** otomatis untung, tidak meningkatkan winrate sendiri, tidak menggantikan disiplin real-time.

Jurnal **akan**: menampilkan pola kesalahan tersembunyi, memvalidasi hipotesis setup, memberi akuntabilitas, membangun pengenalan pola, melacak progres objektif.

Manfaat konkret

1. **Identifikasi edge personal** — Setup A untung, Setup C bocor; fokus A, buang C
2. **Pola kesalahan** — "7× rugi karena entry sebelum konfirmasi M15"
3. **Kepercayaan diri berbasis data** — "Setup ini 60% historis, 3 rugi beruntun masih dalam variasi normal"
4. **Akuntabilitas** — Komitmen tertulis versus komitmen mental
5. **Belajar bertambah berkelanjutan** — Bulan 6 punya panduan pribadi; tanpa jurnal, lima tahun trading berarti mengatur ulang terus

Satu templat jurnal untuk seluruh buku

Buku ini memakai **satu templat**. BAGIAN 9 Bab 8 dan BAGIAN 9 Bab 9 membaca kolom yang sama, yaitu templat di bab ini, supaya analisis winrate dan tinjauan mingguan tidak terpecah-pecah.

Definisi R: satu R adalah jumlah dolar yang kamu risikokan di transaksi itu. Kalau risiko \$10 dan SL kena penuh, hasil $-1R$ ($-\$10$). Kalau untung \$20, hasil $+2R$.

Isi segera setelah transaksi tutup, maksimum 5–7 menit:

TRANSAKSI # _____	Tanggal: _____
Sesi	: Asia / London / Overlap / New York
Setup	: _____ (nama setup di sistemmu)
Arah	: buy / sell
Harga masuk	: \$ _____
SL (dolar dari entry):	\$ _____
TP (dolar dari entry):	\$ _____
Lot	: _____
Risiko rencana	: \$ _____ (lot $\times$ 100 $\times$ jarak SL)
Hasil (dolar)	: \$ _____
Hasil (R)	: _____ (hasil \$ $\div$ risiko rencana)
Alasan masuk	: _____
Catatan pelanggaran	: _____

Templat yang sama ada di LAMPIRAN L3 dalam bentuk siap cetak.

Cara isi hasil (R): Risiko rencana = lot $\times$ 100 $\times$ jarak SL. Contoh: 0.03 lot, SL \$3,00 $\rightarrow$ risiko \$9. Untung \$18 $\rightarrow$ $+2R$. Rugi \$9 $\rightarrow$ $-1R$.

Kolom **catatan pelanggaran** wajib diisi jujur: "geser SL", "lot $2\times$ ", "entry tanpa konfirmasi", "FOMO", dll. BAGIAN 9 Bab 7 menambah kolom emosi terpisah; keduanya saling melengkapi.

Cara meninjau per transaksi

Tujuan tinjauan per transaksi (5 menit):

1. Data mentah sudah lengkap di templat
2. Pelanggaran aturan dicatat — bukan dikecilkan
3. Satu pelajaran: "Lain kali saya akan ____"

Bukan tujuan: curhat panjang, analisis chart 1 jam, atau justify rugi ke broker.

Kapan mengisi

- **Per transaksi:** Segera setelah posisi ditutup (≤ 30 menit). Ditunda lebih dari 1 jam, detail hilang dan catatan dibagus-bagusin.
- **Ringkasan harian:** Akhir sesi trading, 5 menit — berapa transaksi, net \$, pelanggaran dominan hari ini.
- **Tinjauan mingguan:** Minggu, 30–45 menit — BAGIAN 9 Bab 9.

Alasan umum dan sanggahan

"Tidak punya waktu." Lima menit per hari versus ratusan dolar rugi berulang — imbalannya jelas.

"Sudah tinjau di kepala." Tinjauan mental berarti memori direvisi. Tulisan adalah data.

"MT4 history cukup." History kasih angka, tidak kasih alasan dan pelanggaran.

"Berhenti setelah seminggu." Templat terlalu kompleks. Pakai 12 kolom di atas saja; tambah detail setelah 30 hari kebiasaan terbentuk.

Kesalahan umum

- Catatan tanpa alasan masuk dan pelanggaran — data ada, temuan nol
- Hanya log transaksi menang — kecenderungan positif
- Salahkan broker/spread tanpa akuntabilitas pribadi
- Jurnal tanpa tinjauan mingguan — hanya ditulis, tidak pernah dibaca

POIN KUNCI

- Jurnal bukan opsional kalau kamu serius ingin untung — ingatan bisa condong ke mana saja, catatan tidak.
- Templat di bab ini dipakai konsisten; BAGIAN 9 Bab 8 dan BAGIAN 9 Bab 9 membaca kolom yang sama.
- Hasil dicatat dalam dolar dan R; satu R adalah dolar yang dirisikokan di transaksi itu.
- Isi segera setelah posisi ditutup; pelanggaran aturan wajib dicatat jujur.
- Tinjauan mingguan wajib — jurnal tanpa tinjauan adalah pekerjaan sia-sia.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya templat jurnal bab ini siap dipakai (spreadsheet atau kertas)
- ☐ Saya mengisi jurnal dalam 30 menit setelah setiap transaksi tutup
- ☐ Setiap baris punya hasil dolar dan hasil R
- ☐ Kolom pelanggaran saya isi jujur, termasuk saat malu
- ☐ Saya sudah jurnal minimal 5 hari berturut-turut
- ☐ Saya punya jadwal tinjauan mingguan (hari dan jam tertulis)

LATIHAN

Latihan 1 — Buat templat. Salin seluruh baris templat di bab ini ke spreadsheet. Header baris 1, contoh baris 2 diisi dummy. Simpan sebagai `jurnal-xauusd`.

Latihan 2 — Lima transaksi demo. Ambil lima transaksi di akun demo atau simulasi. Isi jurnal lengkap sebelum sesi berikutnya. Skor: ___/5 baris lengkap.

Latihan 3 — Hitung R. Dari satu transaksi demo, tulis perhitungan:

Lot ___ × 100 × SL \$___ = risiko \$___
Hasil \$___ ÷ risiko = ___ R

Verifikasi angka R di kolom jurnal.

BAB 9.7

MENCATAT EMOSI

Jurnal transaksi biasa mencatat apa yang kamu lakukan: pasangan, arah, harga masuk, stop loss, hasil. Bab tentang jurnal sudah memberi formatnya.

Bab ini menambahkan satu kolom yang hampir selalu dilewatkan, dan yang justru menjelaskan sebagian besar kerugian: **keadaan dirimu saat mengambil keputusan**.

Alasannya bukan filosofis. Kalau lima transaksi terburukmu menyumbang lebih dari separuh kerugianmu — dan bab tentang pemulihan setelah akun habis menunjukkan bahwa biasanya begitu — maka pertanyaan yang paling berharga adalah: **apa yang berbeda pada lima transaksi itu?** Jawabannya hampir tidak pernah ada di data harga. Ia ada di keadaan orang yang menekan tombolnya.

Kenapa ini bisa diukur, padahal terasa tidak bisa

Keberatan yang wajar: perasaan itu kabur, dan mencatatnya terasa seperti menulis buku harian, bukan mengumpulkan data.

Keberatan itu benar kalau catatannya berbunyi "saya agak gugup". Kata "agak" tidak bisa dibandingkan antar hari, dan data yang tidak bisa dibandingkan tidak berguna.

Jalan keluarnya: **catat angka dan kejadian, bukan kata sifat**. Bukan "saya tidak sabar", tapi "berapa menit saya menunggu". Bukan "saya percaya diri", tapi "ini kemenangan seberapa berurutan". Bukan "saya lelah", tapi "berapa jam saya tidur".

Semuanya bisa dihitung, dibandingkan, dan dikelompokkan. Itu yang membuatnya jadi data.

Lima angka sebelum masuk

Ditulis sebelum order dikirim, bukan sesudah. Butuh sekitar 20 detik.

1. Tidur tadi malam : ____ jam
2. Kemenangan/kerugian terakhir: menang / rugi → yang ke-____ berurutan
3. Menit sejak transaksi terakhir ditutup : ____
4. Rugi/untung hari ini sejauh ini : \$____ (batas harian \$____)
5. Setup ada namanya? : _____ (kosong = jangan masuk)

Kelima angka ini dipilih karena masing-masing sudah terbukti mengubah keputusan, dan semuanya bisa diketahui tanpa introspeksi:

- **Tidur** memengaruhi kesabaran dan kepatuhan lebih dari yang orang perkirakan.
- **Rangkaian** menang atau rugi menggerakkan ukuran lot ke dua arah yang berbeda: rangkaian menang membesarkan lot karena percaya diri, rangkaian rugi membesarkannya karena ingin mengejar.
- **Menit sejak transaksi terakhir** adalah tanda paling awal revenge trading, seperti dijelaskan di bab tentang revenge trading.

- **Posisi terhadap batas harian** menentukan apakah keputusan ini masih di dalam rencana atau sudah di luar.
- **Nama setup** memaksa satu hal: kalau kamu tidak bisa menyebutkan namanya, kamu tidak sedang memakai sistem.

Dua angka sesudah keluar

Ditulis segera setelah posisi tertutup, sebelum melihat grafik lagi:

6. Saya menutup karena : (a) stop loss (b) take profit
(c) aturan lain (d) tidak tahan lihat
7. Ukuran lot yang saya pakai : _____ (lot harian saya: _____)

Pilihan (d) di baris 6 adalah yang paling penting dan paling sering tidak ditulis. Menutup posisi karena tidak tahan melihatnya adalah keputusan yang berbeda jenis dari tiga lainnya — ia tidak berasal dari sistem — dan mengelompokkannya bersama (c) menyembunyikan pola yang paling mahal.

Baris 7 adalah pemeriksaan silang. Kalau lot yang dipakai berbeda dari lot harian, kamu baru mencatat pelanggaran, dan pelanggaran itu sekarang punya angka.

Yang muncul setelah 30 catatan

Satu catatan tidak berarti apa-apa. Tiga puluh catatan bisa dikelompokkan, dan pengelompokan itu yang memberi jawaban. Contoh hasil yang khas:

Kelompok	Jumlah	Menang	Rata-rata hasil
Tidur $\geq$ 7 jam	18	56%	+\$12
Tidur < 6 jam	12	33%	-\$9
Jeda > 30 menit sejak transaksi terakhir	22	55%	+\$11
Jeda < 30 menit	8	25%	-\$21
Lot sesuai harian	25	52%	+\$8
Lot lebih besar dari harian	5	20%	-\$38
Ditutup karena "tidak tahan lihat"	6	—	-\$24

Angka di tabel ini contoh bentuk, bukan hasil yang akan kamu dapat. Yang penting bentuknya, dan bentuk ini muncul berulang pada banyak catatan: **baris pelanggaran selalu jauh lebih buruk daripada baris kepatuhan, dan selisihnya besar.**

Baris keenam biasanya yang paling mengejutkan. Lima transaksi dengan lot lebih besar menghasilkan -\$38 rata-rata, sementara 25 transaksi yang patuh menghasilkan +\$8. Artinya: lima transaksi itu menghapus keuntungan dari dua puluh lima transaksi lainnya. Ini versi terukur dari temuan "lima terburuk menyumbang separuh kerugian".

Dari catatan menjadi aturan

Catatan yang tidak mengubah apa pun adalah pekerjaan sia-sia. Setiap 30 catatan, ubah satu temuan menjadi satu aturan:

Temuan : Tidur kurang dari 6 jam → menang 33%, rata-rata -\$9
Aturan : Tidur kurang dari 6 jam → tidak trading hari itu.
Cara menegakkan : Baris tidur diisi PERTAMA di lembar pra-transaksi,
sebelum melihat grafik.

Baris ketiga yang membuat aturannya bertahan. Aturan yang diperiksa setelah kamu melihat setup bagus akan kalah dari setup itu; aturan yang diperiksa sebelum grafik dibuka tidak punya lawan.

Satu aturan per 30 catatan, bukan lima. Aturan yang terlalu banyak sekaligus tidak ada yang dijalankan, dan kamu juga tidak bisa tahu mana yang berpengaruh.

Tiga kesalahan yang membuat catatan ini gagal

Mengisi belakangan. Catatan yang diisi malam hari untuk transaksi siang bukan catatan keadaan — itu rekonstruksi, dan rekonstruksi selalu menguntungkan diri sendiri. Kalau tidak sempat mengisi sebelum masuk, jangan masuk.

Menulis kata sifat. Kembali ke masalah di awal bab: "agak tegang" tidak bisa dikelompokkan. Kalau kamu ingin mencatat perasaan, ubah jadi angka — misalnya tegang pada skala 1–5 — supaya bisa dibandingkan.

Mencatat tanpa meninjau. Tiga puluh catatan yang tidak pernah dikelompokkan sama nilainya dengan nol catatan. Tetapkan hari peninjauan, dan lakukan di luar jam sesi. Bab tentang tinjauan mingguan memberi jadwalnya.

POIN KUNCI

- Jurnal transaksi biasa mencatat apa yang terjadi di harga; kolom ini mencatat keadaan orang yang mengambil keputusan.
- Alasannya praktis: perbedaan lima transaksi terburuk hampir selalu ada di keadaan diri, bukan di data harga.
- Catat angka dan kejadian, bukan kata sifat. Kata sifat tidak bisa dibandingkan antar hari.
- Lima angka sebelum masuk: jam tidur, rangkaian menang/rugi, menit sejak transaksi terakhir, posisi terhadap batas harian, nama setup.
- Dua angka sesudah keluar: alasan menutup (termasuk pilihan "tidak tahan lihat"), dan ukuran lot dibanding lot harian.
- Setelah 30 catatan, kelompokkan. Baris pelanggaran hampir selalu jauh lebih buruk, dengan selisih besar.
- Ubah satu temuan menjadi satu aturan per 30 catatan, bukan lima sekaligus.
- Aturan diperiksa sebelum grafik dibuka, bukan setelah setup terlihat.
- Tiga kesalahan yang mematikan: mengisi belakangan, menulis kata sifat, mencatat tanpa meninjau.

CHECKLIST BAB

- ☐ Lembar catatan saya punya lima baris sebelum masuk dan dua sesudah keluar
- ☐ Saya mengisinya sebelum order dikirim, bukan setelah
- ☐ Semua isinya angka atau pilihan, bukan kata sifat
- ☐ Pilihan "tidak tahan lihat" ada di daftar alasan menutup
- ☐ Saya sudah punya 30 catatan sebelum menyimpulkan apa pun
- ☐ Saya sudah mengelompokkan catatan dan menemukan minimal satu pola
- ☐ Satu pola sudah saya ubah jadi satu aturan tertulis dengan cara penegakannya

LATIHAN

Latihan 1 — Buat lembarnya hari ini. Salin tujuh baris di bab ini ke satu lembar, di kertas atau satu berkas yang bisa kamu buka cepat. Pakai di 10 transaksi demo berikutnya, tanpa kecuali. Kalau ada satu transaksi yang tidak terisi, hitungnya mulai dari nol lagi.

Latihan 2 — Kelompokkan 30 catatan. Setelah 30 catatan terkumpul, isi tabel ini dari catatanmu sendiri:

Kelompok	Jumlah	Menang	Rata-rata hasil
Tidur $\geq$ 7 jam	_____	_____ %	\$ _____
Tidur < 6 jam	_____	_____ %	\$ _____
Jeda > 30 menit	_____	_____ %	\$ _____
Jeda < 30 menit	_____	_____ %	\$ _____
Lot sesuai harian	_____	_____ %	\$ _____
Lot lebih besar	_____	_____ %	\$ _____
Ditutup "tidak tahan lihat"	_____	—	\$ _____

Lalu jawab satu pertanyaan: kalau seluruh transaksi di baris-baris pelanggaran tidak pernah terjadi, berapa hasil totalmu? Selisih antara angka itu dan hasil sesungguhnya adalah biaya ketidakpatuhanmu, dalam dolar.

Latihan 3 — Satu aturan baru. Ambil satu baris pelanggaran dengan selisih terbesar dan tulis:

Temuan : _____
 Aturan : _____
 Cara menegakkan : _____
 Kapan ditinjau : setelah _____ transaksi berikutnya

Baris ketiga harus berupa langkah fisik — mengisi baris tertentu lebih dulu, keluar dari akun, memasang pengatur waktu — bukan niat. Niat sudah kamu punya sebelum membaca bab ini, dan ia belum cukup.

BAB 9.8

ANALISIS WINRATE DAN POLA KESALAHAN

Winrate adalah metrik paling sering dibicarakan dan paling sering disalahpahami. Trader ritel obsesi winrate tinggi tanpa melihat perbandingan risiko-sasaran — padahal **winrate tanpa perbandingan tidak berarti**.

Bab ini mengajarkan winrate sebagai alat diagnostik, plus cara menemukan pola kesalahan dari kolom jurnal BAGIAN 9 Bab 6.

Winrate tanpa perbandingan tidak berarti

BAGIAN 3 Bab 4 menjelaskan expectancy — satu-satunya angka yang menentukan apakah caramu untung jangka panjang. Dua skenario dari bab itu:

Skenario A: Winrate 40%, rata-rata untung 2R per transaksi menang, rugi 1R per kalah — expectancy positif (+0,2R per transaksi). Kamu bisa salah 6 dari 10 kali dan masih untung.

Skenario B: Winrate 70%, rata-rata untung 0,3R per menang, rugi 1R per kalah — expectancy negatif (−0,09R per transaksi). Kamu menang 7 dari 10 kali dan tetap merugi karena untung terlalu kecil dibanding rugi.

Kesimpulan BAGIAN 3 Bab 4 tetap berlaku: **optimalkan untung/rugi bersih, bukan winrate**. Winrate hanya bermakna bersama perbandingan tercapai dan jumlah sampel.

Winrate per segmen

Setelah 30+ transaksi di jurnal BAGIAN 9 Bab 6, kelompokkan winrate berdasarkan kolom yang sudah kamu isi:

Per setup — Setup A 70% versus Setup C 30%: fokus A, buang C.

Per sesi — London 64%, Asia 25%: sesi Asia adalah bocor personal.

Per pelanggaran — Transaksi tanpa pelanggaran versus dengan pelanggaran. Baris pelanggaran hampir selalu winrate lebih rendah dan hasil R lebih buruk.

Per hari — Jumat sore sering 30% versus Selasa–Kamis 60%. Data dari kolom tanggal dan sesi.

Tanpa segmentasi, winrate total 55% menyembunyikan edge dan bocor.

Signifikansi statistik

Jumlah transaksi per segmen	Kepercayaan
< 20	Variasi acak — jangan ubah strategi
20–30	Gambaran awal

30–50	Cukup untuk hipotesis
50+	Keputusan perbaiki atau hentikan setup
100+	Keputusan sistem

Setup dengan winrate sejati 55% bisa tampak 30% atau 80% dalam sampel 10 transaksi. Jangan ganti sistem setelah 5 rugi beruntun — tunggu minimum 20–30 transaksi per setup sebelum menyimpulkan.

Pola kesalahan dari kolom pelanggaran

Kesalahan berulang sering tersembunyi. Kolom **catatan pelanggaran** di jurnal BAGIAN 9 Bab 6 adalah sumber utamanya.

Kategori umum:

- **Sebelum masuk:** entry tanpa konfirmasi, lot berlebihan, entry saat spread melebar, abaikan kalender rilis data
- **Manajemen posisi:** geser SL, tutup terlalu cepat, menahan posisi melewati TP
- **Emosional:** balas dendam, FOMO, terlalu percaya diri setelah rangkaian untung, trading karena bosan
- **Proses:** tidak jurnal, lewati tinjauan mingguan, lot tanpa hitung

Langkah identifikasi:

1. Beri kode pelanggaran di setiap transaksi rugi (singkat: A1, C3, D1, dll.)
2. Setelah 30+ transaksi, hitung frekuensi kode
3. Fokus perbaiki **1–2 kode teratas** per kuartal — bukan 10 sekaligus
4. Tulis aturan intervensi dan mekanisme pengingat

Contoh: kode "tutup terlalu cepat" muncul $18 \times$ dalam 60 transaksi, estimasi biaya –\$450. Intervensi: tidak tutup manual sebelum 70% target; geser SL ke titik impas setelah 50% target.

Kesalahan umum analisis winrate

- Obsesi winrate tinggi lalu ambil TP kecil sehingga untung bersih negatif
- Winrate 68% dari 5 transaksi hanya variasi acak, bukan kemampuan
- Bandingkan dengan klaim trader lain lalu merasa kurang sehingga lot membesar
- Data ada, setup yang bocor tetap diambil sehingga data terbuang

POIN KUNCI

- Winrate tanpa perbandingan tidak berarti; lihat BAGIAN 3 Bab 4 (40% + 2R dibanding 70% + 0,3R).
- Segmentasi winrate per setup, sesi, dan pelanggaran — dari kolom jurnal BAGIAN 9 Bab 6.
- Minimum 20–30 transaksi per segmen sebelum keputusan; 50+ untuk penyempurnaan.
- Pola kesalahan muncul dari kolom pelanggaran; perbaiki 1–2 per kuartal.
- Optimalkan untung/rugi bersih, bukan angka winrate.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya menghitung winrate bersama perbandingan tercapai, bukan sendiri
- ☐ Saya sudah segmentasi winrate per setup dari jurnal BAGIAN 9 Bab 6
- ☐ Saya tidak mengubah strategi berdasarkan kurang dari 20 transaksi per setup
- ☐ Saya memberi kode pelanggaran di setiap transaksi rugi
- ☐ Saya punya 1–2 fokus perbaikan kesalahan untuk kuartal ini

LATIHAN

Latihan 1 — Dua skenario expectancy. Tanpa hitung ulang, jelaskan dengan kalimat sendiri mengapa 40% winrate + 2R untung bisa positif sementara 70% + 0,3R untung negatif. Rujuk BAGIAN 3 Bab 4.

Latihan 2 — Segmentasi setup. Dari jurnal BAGIAN 9 Bab 6, buat tabel:

Setup	Transaksi	Menang	Winrate	Rata-rata R
—	—	—	—%	—
Identifikasi satu edge dan satu bocor.				

Latihan 3 — Tiga pelanggaran teratas. Hitung frekuensi kolom pelanggaran dari 20 transaksi terakhir. Tulis tiga teratas beserta aturan intervensi untuk yang paling sering.

BAB 9.9

TINJAUAN MINGGUAN, BULANAN, DAN KUARTALAN

Jurnal harian BAGIAN 9 Bab 6 menangkap data mentah. Tinjauan mingguan memberi wawasan pertama dari data itu. Tanpa tinjauan, kamu hanya mengumpulkan angka tanpa belajar dari angka tersebut.

Tiga lapisan: **mingguan** (taktis), **bulanan** (strategis), **kuartalan** (revisi sistem). Semua memakai kolom jurnal BAGIAN 9 Bab 6 — tidak perlu templat terpisah.

Tinjauan mingguan

Kapan: Minggu sore, 30–45 menit (16.00–18.00 WIB ideal).

Tujuan: Gabungkan 5–15 transaksi, temukan penyimpangan disiplin, rencanakan minggu depan.

Daftar periksa tinjauan mingguan — tarik dari jurnal BAGIAN 9 Bab 6:

- ☐ Untung/rugi bersih minggu: \$___ (___% akun)
- ☐ Jumlah transaksi / menang / rugi / winrate: ___ / ___ / ___ / ___%
- ☐ Rata-rata hasil R per transaksi: ___
- ☐ Drawdown minggu dari puncak: \$___
- ☐ Pelanggaran dominan (dari kolom catatan pelanggaran): ___
- ☐ Setup terbaik minggu ini (kolom setup): ___
- ☐ Setup terburuk minggu ini: ___
- ☐ Sesi terbaik / terburuk (kolom sesi): ___
- ☐ Bandingkan dengan minggu lalu: membaik / memburuk / datar
- ☐ 1–3 komitmen minggu depan: ___

Pola multi-hari yang hanya muncul mingguan:

- Kelelahan Jumat — rugi 4 dari 5 minggu di Jumat sore
- Penyimpangan disiplin — rutinitas 100% Senin, 50% Jumat
- Setup dipakai berlebihan — Setup A terlalu sering minggu 2, performa turun minggu 3

Jangan ubah strategi total karena satu minggu buruk. Minimum 4–6 minggu data sebelum rombak besar.

Tinjauan bulanan

Kapan: Minggu terakhir bulan, 90–60 menit.

Tujuan: Gabungkan 4–5 tinjauan minggu, evaluasi setup dengan sampel lebih besar, lacak target.

Daftar periksa tinjauan bulanan:

- ☐ Untung/rugi bersih bulan dibanding bulan lalu dibanding rata-rata 3 bulan: ____
- ☐ Total transaksi, winrate, profit factor: ____
- ☐ Perbandingan tercapai dibanding rencana (selisih > 30% menandakan masalah exit)
- ☐ Drawdown maks bulan + waktu recovery: ____
- ☐ Per setup (dari kolom setup): transaksi, winrate, untung bersih \$, putusan lanjut/perbaiki/hentikan
- ☐ Sampel per setup ≥ 30 ? ya/tidak per setup
- ☐ Tiga pelanggaran teratas (frekuensi dan biaya estimasi \$)
- ☐ Intervensi bulan lalu: efektif / tidak / perlu revisi
- ☐ Target bulanan: target __%, tercapai __%
- ☐ Fokus 3 prioritas bulan depan: ____

Tinjauan kuartalan

Kapan: Akhir pekan terakhir kuartal, 3–4 jam.

Tujuan: Melihat gambaran besar — evolusi sistem, validasi edge, revisi target tahunan.

Daftar periksa tinjauan kuartalan:

- ☐ Untung/rugi kuartal dibanding kuartal lalu: ____
- ☐ Setup ditambah / diperbaiki / dihentikan: ____
- ☐ Kesalahan lama sudah hilang atau masih ada (dari agregat pelanggaran): ____
- ☐ Sampel kumulatif per setup ≥ 50 ? Putusan statistik: ____
- ☐ Hipotesis kuartal lalu: terbukti / ditolak / belum pasti
- ☐ Stress trading 1–10, keseimbangan hidup 1–10: ____
- ☐ Target tahunan: progres tahun berjalan __%, sesuai rencana? ya/tidak
- ☐ Revisi target kuartal berikutnya: ____
- ☐ Surat untuk diri sendiri (baca kuartal depan): ____

Surat ke diri sendiri: baca surat kuartal lalu sebagai aktivitas **pertama** tinjauan kuartal. Mengingat keputusan saat emosi berbeda.

Contoh singkat

Dewi, minggu ke-8 jurnal konsisten:

- Untung bersih +\$45 (0,45%), 12 transaksi, winrate 58%, rata-rata 1,6R
- Pelanggaran C3 (tutup cepat): 3×, turun dari 5 minggu lalu
- Setup C: 33% winrate, –\$90 → **hentikan minggu depan**
- Komitmen: tidak pakai Setup C; tidak entry Jumat sore; tidak tutup manual sebelum 70% TP

Keputusan hentikan Setup C datang dari **data multi-minggu**, bukan satu transaksi buruk.

Kesalahan umum

- Lewati mingguan karena "sudah jurnal harian"
- Tinjauan lebih dari 2 jam sehingga tidak bisa bertahan
- Tanpa komitmen spesifik sehingga hasilnya laporan, bukan aksi
- Rombak strategi dari satu minggu buruk
- Tidak arsipkan tinjauan sehingga tidak bisa bandingkan tren

POIN KUNCI

- Tiga lapisan: harian (data), mingguan (taktis), bulanan/kuartalan (strategis).
- Semua tinjauan memakai kolom jurnal BAGIAN 9 Bab 6 — satu sumber kebenaran.
- Mingguan 30–45 menit Minggu; bulanan 60–90 menit; kuartalan 3–4 jam.
- Akhiri setiap tinjauan dengan 1–3 komitmen spesifik minggu/bulan depan.
- Rombak strategi minimum di tingkat kuartal, bukan mingguan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya jadwal tinjauan mingguan (hari + jam tertulis)
- ☐ Saya sudah menyelesaikan minimal satu tinjauan mingguan lengkap
- ☐ Saya punya arsip tinjauan (folder atau tab spreadsheet terpisah)
- ☐ Setiap tinjauan mingguan berakhir dengan 1–3 komitmen
- ☐ Saya tahu kapan tinjauan bulanan dan kuartalan berikutnya

LATIHAN

Latihan 1 — Tinjauan mingguan pertama. Ambil jurnal BAGIAN 9 Bab 6 minggu ini. Isi 10 baris checklist mingguan di atas. Tulis 2 komitmen untuk minggu depan.

Latihan 2 — Bandingkan dua minggu. Duplikat checklist untuk minggu lalu dan ini. Satu paragraf: apa pola yang hanya terlihat dari dua minggu?

Latihan 3 — Jadwalkan tiga lapisan. Tulis di kalender:

- Mingguan: setiap ____ jam ____
- Bulanan: ____ (tanggal)
- Kuartalan: ____ (tanggal)

BAB 9.10

KERANGKA PERBAIKAN BERKELANJUTAN

Sembilan bab sebelumnya memberi alat: sistem, backtest, jurnal, metrik, tinjauan. Bab ini mengaitkan semuanya dalam **loop perbaikan** — supaya data jurnal BAGIAN 9 Bab 6 menjadi aksi, bukan arsip.

Tanpa siklus: pola muncul tapi tidak diperbaiki, performa stagnan, pengetahuan tidak bertambah berkelanjutan. Dengan siklus: jurnal diagnostik dan preskriptif, trajektori naik.

Siklus rencana–laksana–periksa–tindak (PDCA)

Diadaptasi dari manajemen kualitas:

RENCANA	: Hipotesis perbaikan dari data
LAKSANA	: Uji satu bulan (minimum 20 transaksi)
PERIKSA	: Bandingkan prediksi dengan aktual
TINDAK	: Adopsi / perbaiki / buang

Perbaikan berupa siklus kecil berulang, bukan rombak tahunan sekali.

Empat tahap**1. Hipotesis (dari data)**

Sumber: tinjauan bulanan BAGIAN 9 Bab 9, kolom pelanggaran BAGIAN 9 Bab 6, analisis winrate BAGIAN 9 Bab 8.

Format: "Jika saya [ubah X], maka [hasil Y]."

Contoh: "Jika saya lewati trading Jumat sore, untung/rugi bersih Jumat naik dari $-\$60$ ke $\geq \$0$."

2. Laksana (satu bulan)

- Satu perubahan saja — isolasi variabel
- Lacak kepatuhan: apakah aturan baru dijalankan?
- Catat di kolom pelanggaran jurnal jika melanggar

3. Periksa (akhir bulan)

- Prediksi dibanding aktual (dolar dan R)
- Kepatuhan $\geq 80\%$? Kalau tidak, uji tidak sah
- Efek samping? (misalnya: lewati Jumat sehingga lebih rileks, performa Senin naik)

4. Tindak

- **Adopsi** — jadikan aturan permanen di dokumen sistem
- **Perbaiki** — arah benar, eksekusi perlu penyesuaian; uji lagi

- **Buang** — hipotesis salah; dokumentasikan kenapa

Contoh loop lengkap

Sandi, tinjauan Mei: 12 transaksi Jumat, winrate 30%, untung/rugi bersih $-\$60$.

Hipotesis: Lewati Jumat sore (setelah 14.00 WIB), untung/rugi bersih Jumat $\geq \$0$.

Laksana (Juni): 4 Jumat, 0 transaksi sore, kepatuhan 100%.

Periksa (Juli): Untung/rugi bersih Jumat $\$0$ (dibanding $-\$60$), total Juni $+\$420$ (dibanding $+\$310$ Mei). Hipotesis terbukti, plus bonus performa hari lain.

Tindak: Adopsi permanen. Hipotesis berikutnya: rutinitas pernapasan 2 menit sebelum entry sehingga pelanggaran FOMO turun 50%.

Antrean perbaikan

Trader matang punya **antrean hipotesis**:

```

UJI AKTIF (bulan ini):
- Hipotesis: ____
- Kepatuhan sejauh ini: ____%

ANTRIAN:
1. ____
2. ____

DIADOPSI (aturan permanen):
- ____
- ____

DIBUANG (dokumentasi):
- ____ - alasan: ____

```

Satu **hipotesis aktif**. Dua perubahan sekaligus = tidak tahu mana yang bekerja.

Perpustakaan edge

Selain perpustakaan kesalahan (BAGIAN 9 Bab 8), bangun **perpustakaan edge** — daftar setup yang terbukti dari data:

```

EDGE #1: Sapuan likuiditas + berbalik London
- 145 transaksi kumulatif, winrate 65%, avg +1,8R
- Kondisi terbaik: 14.30–16.00 WIB, spread  $\leq \$0,50$ 

EDGE #2: Lanjutan trend NY
- 95 transaksi, winrate 56%, net  $+\$600$ 

```

Perpustakaan edge adalah buku panduan pribadi, tumbuh dari kolom setup dan sesi jurnal BAGIAN 9 Bab 6.

Rencana strategis tahunan

Sekali setahun (Desember/Januari), 2–3 jam:

- Tinjauan tahun: untung/rugi bersih %, kuartal terbaik/terburuk, pelajaran utama
- Target tahun baru: pertumbuhan akun %, drawdown maks %, 3 target proses
- Setup lanjut / pensiun / eksplorasi
- Surat untuk diri sendiri akhir tahun

Kesalahan umum

- Ubah 5 hal sekaligus sehingga tidak tahu mana yang efektif
- Ubah tanpa hipotesis sehingga penyesuaian acak, tidak belajar
- Uji 1 minggu saja — variasi acak, minimum 1 bulan atau 20 transaksi
- Uji sah tapi tidak diadopsi sehingga kembali ke kebiasaan lama
- Hipotesis dibuang tanpa dokumentasi sehingga pelajaran hilang

POIN KUNCI

- Loop PDCA: hipotesis → laksana → periksa → tindak; ulang terus.
- Satu hipotesis aktif per bulan; kepatuhan $\geq 80\%$ untuk putusan sah.
- Adopsi berarti tulis ke dokumen sistem dan pasang pengingat; bukan hanya niat.
- Perpustakaan edge dan kesalahan diupdate dari jurnal BAGIAN 9 Bab 6.
- Rencana tahunan mengikat trajektori jangka panjang.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya satu hipotesis perbaikan aktif dengan metrik yang dilacak
- ☐ Saya melacak kepatuhan terhadap hipotesis aktif di jurnal
- ☐ Saya punya antrian hipotesis (minimal 2 cadangan)
- ☐ Aturan yang sudah sah saya tulis di dokumen sistem permanen
- ☐ Saya punya tanggal rencana strategis tahunan di kalender

LATIHAN

Latihan 1 — Hipotesis pertama. Dari tinjauan BAGIAN 9 Bab 9 atau analisis BAGIAN 9 Bab 8, tulis:

Hipotesis : Jika saya ____, maka ____
Metrik lacak : ____
Kepatuhan min : 80%
Putusan tanggal : ____

Latihan 2 — Loop 30 hari. Jalankan satu hipotesis 30 hari. Setiap minggu catat kepatuhan ____%. Akhir bulan: adopsi / perbaiki / buang + alasan.

Latihan 3 — Perpustakaan edge. Dari jurnal BAGIAN 9 Bab 6, tulis satu entri edge dengan: nama setup, transaksi kumulatif, winrate, rata-rata R, kondisi terbaik.

BAGIAN 10

TRADING SEBAGAI USAHA

11 BAB

BAB 10.1

MENGENAL EXPERT ADVISOR DAN SEMI-OTOMATIS

Expert Advisor (EA), atau robot trading, sering dijual dengan janji trading tanpa stres dan untung otomatis. Realitanya jauh lebih sederhana: sebagian besar EA yang dijual ke publik tidak profitable, dan pemula tidak punya cara menilai kode yang tidak bisa dibaca.

EA adalah program di MetaTrader yang mengeksekusi order, stop loss, take profit, dan manajemen posisi secara otomatis berdasarkan aturan yang ditulis di kodenya. EA bisa membantu eksekusi, tapi tidak menggantikan keputusan trader — terutama kalau kamu tidak memahami logika di balik setiap baris kode.

Jenis EA yang sering dijumpai

Tipe	Karakter	Realita
Grid / martingale	Menambah posisi saat rugi	Cara paling cepat menghabiskan akun — untung kecil berulang, lalu satu kali pasar bergerak kuat
Scalper	Untung kecil, frekuensi tinggi	Sering kalah oleh spread dan slippage emas
Trend-following	Mengikuti arah trend	Bisa bekerja jangka panjang, drawdown bisa besar
Trading berita	Memanfaatkan volatilitas rilis data	Butuh pengaturan ketat; jarang ada versi publik yang aman
Strategi buatan sendiri	Ditulis trader sendiri	Paling aman kalau kamu paham logikanya sepenuhnya

EA dengan martingale atau grid tanpa stop loss bukan strategi — itu bom waktu. Pola umumnya: beberapa minggu terlihat untung, lalu satu pergerakan pasar yang tidak terduga menghabiskan seluruh akun. Pemula tidak punya cara menilai apakah EA yang dibeli menyembunyikan logika semacam itu di dalam kode.

Tanda EA yang harus dihindari

- Klaim winrate 99% atau tanpa kerugian
- Janji untung pasti per bulan
- Tidak ada backtest yang bisa diperiksa
- Strategi disembunyikan; kode tidak bisa dibaca
- Penjual menolak menunjukkan rekam jejak yang bisa diverifikasi
- Mengandalkan grid atau martingale tanpa stop loss

Kalau seseorang benar-benar punya EA tanpa kerugian, ia tidak perlu menjualnya ke orang lain — ia cukup menjalankannya sendiri.

Sebelum memasang EA di akun live

1. Pahami logikanya sepenuhnya — kalau tidak mengerti, jangan pakai
2. Backtest minimal lima tahun data historis dengan spread realistis
3. Forward test tiga bulan di demo sebelum live
4. Ketahui drawdown maksimum historis — apakah kamu sanggup menahan?
5. EA bukan pengganti skill — kamu tetap perlu memantau

Semi-otomatis: trader plus alat bantu

Untuk mayoritas trader, pendekatan semi-otomatis lebih aman daripada EA penuh. Kamu tetap mengambil keputusan masuk; alat menangani eksekusi dan disiplin.

Komponen semi-otomatis:

1. **Trader (kamu)** — analisis, identifikasi setup, keputusan masuk
2. **Indikator dan filter** — validasi tambahan
3. **Stop loss dan take profit otomatis** — terpasang sejak awal, tanpa emosi
4. **Trailing stop atau break-even** — manajemen posisi setelah masuk
5. **Filter berita** — jeda trading sebelum rilis data penting

Alat	Fungsi
Panel trading MT4/MT5	Menghitung lot dari persentase risiko
Skrip stop loss / take profit	Memasang SL dan TP otomatis saat masuk
EA trailing stop sederhana	Mengunci untung setelah rasio 1:1
Filter berita	Menjeda trading sebelum rilis berdampak tinggi
Kalkulator risiko	Validasi sebelum masuk posisi

Contoh alur kerja:

1. Kamu menganalisis chart dan menemukan setup XAUUSD H1
2. Panel trading menghitung lot dari risiko 2%
3. Kamu masuk dengan stop loss dan take profit terpasang otomatis
4. Trailing stop mengunci sebagian untung setelah rasio 1:1
5. Kamu tidak perlu menatap layar terus — aturan sudah tertulis

Alat tidak menggantikan penilaian. Kamu tetap perlu tahu kapan alat salah konteks, kapan harus menolak sinyal, dan kapan memperbarui aturan sesuai evolusi sistemmu.

Prosedur evaluasi EA sebelum demo (checklist 20 menit):

1. Baca deskripsi strategi — apakah logikanya masuk akal untuk emas (volatilitas, spread lebar)?
2. Cari kata "grid", "martingale", "recovery" — jika ada tanpa stop loss yang dipatok di dalam kode, tolak.
3. Minta laporan backtest lima tahun dengan modeling quality $\geq 99\%$.
4. Catat drawdown maksimum dalam dolar, bukan hanya persen — apakah kamu sanggup?
5. Jadwalkan forward test demo 90 hari sebelum live, dengan lot identik rencana live.

Kalau langkah 3 tidak memenuhi standar, jangan lanjut ke langkah 5 — backtest cacat membuat forward test tidak berguna.

POIN KUNCI

- EA mengeksekusi kode, bukan menggantikan otak trader; tanpa pengawasan, margin call hanya soal waktu.
- Grid dan martingale tanpa stop loss adalah cara paling cepat menghabiskan akun.
- Pemula tidak punya cara menilai kode EA yang tidak bisa dibaca — waspadai janji yang terlalu bagus.
- Semi-otomatis lebih aman: kamu memutuskan masuk, alat menangani disiplin eksekusi.
- Backtest lima tahun dan forward test tiga bulan adalah syarat minimum sebelum live.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tidak percaya klaim EA dengan winrate 99%
- ☐ Saya backtest minimal lima tahun sebelum memakai EA
- ☐ Saya memahami logika EA, bukan sekadar memasang
- ☐ Saya memantau EA secara rutin, bukan pasang lalu lupa
- ☐ Saya memakai panel trading untuk menghitung lot otomatis
- ☐ Saya memasang stop loss dan take profit otomatis, bukan manual
- ☐ Saya memakai trailing stop untuk mengunci untung
- ☐ Saya tetap memegang keputusan akhir, bukan mengikuti alat secara buta

LATIHAN

Latihan 1 — Audit EA yang kamu puniki (atau yang kamu pertimbangkan).

Nama EA : _____
Apakah logikanya bisa dibaca? : Ya / Tidak
Apakah ada grid atau martingale? : Ya / Tidak / Tidak tahu
Apakah setiap posisi punya SL? : Ya / Tidak / Tidak tahu
Drawdown maksimum backtest : ____%

Kalau ada baris "Tidak tahu", jawabannya sederhana: jangan pasang di akun live.

Latihan 2 — Rancang alur semi-otomatis. Tulis lima langkah alur kerja harianmu, dari analisis sampai posisi terbuka, dengan menyebut alat apa yang menangani setiap langkah. Hasilnya: satu halaman alur yang bisa kamu baca sebelum sesi.

Latihan 3 — Uji kalkulator lot. Modal \$500, risiko 2%, stop loss \$3,00. Hitung lot dengan rumus di BAGIAN 3, lalu bandingkan dengan kalkulator di platform. Tulis:

Perhitungan manual : _____ lot
Kalkulator platform: _____ lot
Cocok? : Ya / Tidak

BAB 10.2

BACKTEST EXPERT ADVISOR DENGAN BENAR

Backtest EA terlihat mudah, tapi banyak EA yang untung di backtest rugi di live karena datanya menipu. Backtest jujur adalah teman; backtest manipulatif adalah penipuan yang kamu lakukan sendiri kepada dirimu.

Prosedur backtest lima langkah

Langkah 1 — Siapkan data

Buka Strategy Tester di MT4/MT5. Unduh tick data untuk XAUUSD minimal lima tahun. Cek modeling quality di laporan: di bawah 99% berarti hasil tidak bisa dipakai untuk keputusan serius.

Langkah 2 — Set variabel realistis

Spread : \$0,25 (sesuaikan dengan broker live-mu)
 Slippage : \$0,15 (emas intraday)
 Komisi : \$7 per lot round-turn (jika akun ECN – cek kontrak broker)
 Swap : aktifkan jika EA menahan posisi overnight
 Modal awal : sama dengan rencana live (misalnya \$2.000)

Langkah 3 — Jalankan dan catat metrik

Setelah backtest selesai, salin angka ini ke spreadsheet:

Periode : _____ - _____
 Jumlah transaksi : _____
 Profit factor : _____
 Drawdown maksimum : _____ %
 Rata-rata untung : \$ _____
 Rata-rata rugi : \$ _____
 Rangkaian rugi terpanjang: _____ transaksi
 Modeling quality : _____ %

Langkah 4 — Uji sensitivitas

Jalankan ulang dengan spread \$0,35 dan slippage \$0,30. Kalau profit factor turun drastis dari 2,0 ke 1,1, strategi terlalu rapuh untuk emas.

Langkah 5 — Forward test

Pindahkan ke akun demo dengan pengaturan identik. Catat hasil per minggu selama tiga bulan. Bandingkan dengan backtest:

Untung/rugi backtest (rata-rata per bulan) : \$ _____
 Untung/rugi demo (rata-rata per bulan) : \$ _____
 Selisih lebih dari 30%? : Ya / Tidak

Kalau ya, jangan naik ke live — perbaiki data atau logika EA dulu.

Contoh penilaian: EA trend-following emas

Backtest lima tahun, modal \$2.000, spread \$0,25:

Transaksi total	: 842
Profit factor	: 1,6
Drawdown maksimum	: 18%
Rangkaian rugi max	: 7 transaksi
Untung bersih	: +\$4.200 (210% total, ~26% per tahun)

Penilaian: profit factor wajar, drawdown bisa ditahan, sampel cukup. **Tanda waspada jika:** profit factor 4+, drawdown di bawah 5%, atau tidak ada transaksi rugi — itu curve fitting, bukan strategi kuat.

Checklist laporan Strategy Tester: Sebelum percaya angka, pastikan lima baris ini terisi: modeling quality $\geq 99\%$, spread sesuai broker live, minimal 500 transaksi, drawdown maksimum tercatat, dan forward test demo sudah dijadwalkan. Kalau satu baris kosong, backtest belum selesai — hanya baru setengah jalan.

Walk-forward test (opsional lanjutan): Bagi lima tahun menjadi lima periode satu tahun. Optimalkan parameter di tahun 1, uji di tahun 2 tanpa mengubah parameter. Ulangi bergantian. Kalau strategi hanya untung di tahun optimasi tapi rugi di tahun uji, parameter overfit — jangan dibawa ke live.

Satu kalimat penutup: backtest yang jujur sering **menyakitkan** karena drawdown historis terlihat nyata — dan itulah sebabnya ia berguna sebelum kamu mempertaruhkan modal live.

Contoh penilaian cepat laporan Strategy Tester:

Profit factor	: 3,8	→ waspada (terlalu tinggi untuk emas realistis)
Drawdown maksimum	: 4%	→ waspada (terlalu mulus)
Transaksi	: 47	→ gagal (sampel terlalu kecil, minimum 500)
Modeling quality	: 87%	→ gagal (minimum 99%)
Spread dipakai	: \$0,05	→ gagal (tidak realistis untuk XAUUSD)

Lima baris di atas = **tolak** sebelum forward test. Perbaiki data dulu, bukan optimasi parameter.

Prosedur dokumentasi backtest: Simpan screenshot laporan, file set, spread yang dipakai, dan tanggal jalankan. Tiga bulan kemudian saat forward test, kamu butuh pembandingan identik — tanpa dokumentasi, kamu tidak tahu apakah selisih demo vs backtest karena pasar berubah atau karena setting berubah.

Kualitas data backtest

- Strategy Tester bawaan MT4 sering menghasilkan modeling quality sekitar 90% — kurang untuk keputusan serius

- Untuk hasil yang bisa dipercaya, butuh tick data dengan kualitas 99%
- Periode minimum: lima tahun, mencakup berbagai kondisi pasar

Variabel kritis saat backtest

Variabel	Pengaruh
Spread	Pakai spread realistis brokermu
Komisi	Jangan lupa kalau akun ECN
Slippage	Simulasikan \$0,10–\$0,30
Swap	Hitung biaya swap kalau posisi overnight
Kualitas data	Minimum 99% modeling quality

Hasil backtest yang mencurigakan

Jangan percaya backtest dengan ciri-ciri ini:

- Profit factor di atas 5 — terlalu bagus untuk realita
- Tidak ada transaksi rugi dalam 1.000+ transaksi — curve fitting
- Kurva ekuitas naik mulus tanpa drawdown — tidak mungkin
- Hanya backtest enam bulan — sampel terlalu kecil
- Kualitas data di bawah 90%

Backtest realistis yang sehat biasanya menunjukkan:

- Profit factor 1,3–2,5
- Drawdown 10–25%
- Rangkaian rugi normal (5–10 rugi berturut)
- Sampel minimal 500+ transaksi

Forward test sebelum live

Setelah backtest memuaskan:

1. Forward test di demo minimal tiga bulan
2. Bandingkan hasil demo dengan backtest
3. Kalau mirip — pertimbangkan live dengan lot minimum
4. Kalau jauh berbeda — backtest kemungkinan cacat

POIN KUNCI

- Kualitas data 99% dan periode lima tahun adalah syarat minimum.
- Spread, slippage, komisi, dan swap harus dimasukkan — kalau tidak, hasilnya fiction.
- Hasil "terlalu bagus" hampir selalu curve fitting, bukan strategi bagus.
- Forward test tiga bulan di demo adalah pembanding wajib sebelum live.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya memakai data kualitas 99% untuk backtest
- ☐ Saya backtest minimal lima tahun
- ☐ Saya memasukkan spread, slippage, komisi, dan swap
- ☐ Saya forward test tiga bulan sebelum live
- ☐ Saya curiga pada hasil yang terlalu bagus

LATIHAN

Latihan 1 — Periksa backtest EA (atau sistem manual). Buka laporan backtest terakhir. Isi:

Periode backtest : _____
 Jumlah transaksi : _____
 Profit factor : _____
 Drawdown maksimum : _____ %
 Modeling quality : _____ %
 Spread yang dipakai : \$ _____

Tandai setiap baris yang kosong atau di bawah standar di bab ini.

Latihan 2 — Bandingkan backtest vs demo. Jalankan sistem yang sama di demo selama dua minggu. Catat:

Untung/rugi backtest (rata-rata per minggu) : \$ _____
 Untung/rugi demo (dua minggu) : \$ _____
 Selisih signifikan? : Ya / Tidak

Kalau selisihnya besar, jangan naik ke live — perbaiki dulu metode backtestnya.

BAB 10.3

BAHAYA SISTEM SEPENUHNYA OTOMATIS UNTUK PEMULA

Banyak pemula tergiur janji EA yang berjalan sambil tidur dan menghasilkan untung otomatis. Realitanya, EA tanpa pengawasan adalah cara tercepat kedua untuk margin call — setelah martingale.

Daftar periksa sebelum memasang EA penuh otomatis

Jawab setiap baris Ya/Tidak. Dua "Tidak" atau lebih berarti EA penuh otomatis belum untukmu.

```
[ ] Saya bisa membaca dan mengubah kode MQL EA ini
[ ] Saya tahu apakah EA memakai grid atau martingale
[ ] Setiap posisi punya stop loss yang dipatok di dalam kode
[ ] Saya punya jadwal pemantauan (harian/mingguan)
[ ] Saya sudah forward test minimal 3 bulan di demo
[ ] Saya tahu drawdown maksimum historis dan sanggup menahannya
[ ] Saya punya prosedur intervensi manual saat kondisi anomali
```

Prosedur pemantauan mingguan EA

Setiap minggu, luangkan 30 menit:

1. Buka riwayat transaksi minggu ini — bandingkan dengan backtest (frekuensi, ukuran lot, jam entry).
2. Cek apakah ada transaksi di luar jam yang kamu tentukan (bug atau kondisi pasar berubah).
3. Catat drawdown minggu ini dalam persen — kalau melewati 10% dari backtest maksimum, pertimbangkan jeda.
4. Baca kalender ekonomi minggu depan — kalau ada FOMC/NFP, putuskan apakah EA dijeda manual (banyak EA tidak punya filter berita).

Contoh angka: EA grid tersembunyi

Seorang trader membeli EA dari sumber tidak terverifikasi. Klaim: backtest lima tahun, winrate 95%. Dipasang di akun \$2.000 dengan lot default 0,10.

```
Bulan 1 : +$400 (saldo $2.400)
Bulan 2 : +$300 (saldo $2.700)
Bulan 3 : pasar trending kuat, drawdown 60% → saldo $1.080
Bulan 4 : grid martingale tersembunyi aktif → margin call, saldo $0
```

Lot 0,10 dengan SL \$8 di akun \$2.000 adalah risiko 4% per transaksi — sudah agresif. Grid menambah posisi saat rugi sehingga eksposur melebar tanpa batas. **Pelajaran:** EA tanpa stop loss yang memakai grid adalah bom waktu. Klaim "tanpa kerugian" hampir selalu bohong.

Aturan demo sebelum live: Modal demo = modal rencana live. Lot = lot rencana live. Jalankan minimal 60 hari kerja. Kalau drawdown demo melewati drawdown maksimum backtest, anggap EA belum lulus — ulang forward test setelah perbaikan, bukan naik ke live dengan harapan "di live beda".

Kriteria intervensi manual: Pause EA jika drawdown live melewati $1,5 \times$ drawdown maksimum backtest, jika spread broker live melebar permanen di atas asumsi backtest, atau jika ada rilis data tier-1 dalam 24 jam dan EA tidak punya filter berita.

Prosedur intervensi saat drawdown live:

1. Pause EA — jangan tutup semua posisi panik kecuali melanggar aturan risiko.
2. Bandingkan transaksi live 2 minggu terakhir dengan backtest: frekuensi, jam entry, ukuran lot.
3. Kalau frekuensi live $2 \times$ backtest, kemungkinan kondisi pasar berubah — forward test ulang 30 hari sebelum restart.
4. Tulis satu paragraf: "Alasan pause: _____. Kondisi restart: _____."

Tanpa paragraf itu, restart EA biasanya terjadi karena FOMO "melewatkan" rebound — bukan karena masalah teridentifikasi dan diperbaiki.

Kenapa EA penuh otomatis berbahaya untuk pemula

1. **Pasar berubah** — EA yang untung lima tahun lalu bisa rugi sekarang
2. **Tidak ada konteks** — EA tidak tahu ada rilis data besar atau perubahan regulasi
3. **Drawdown emosional** — saat EA drawdown 20%, pemula sering menutup di waktu salah
4. **Curve fitting** — banyak EA "untung" karena over-optimized ke masa lalu
5. **Kotak hitam** — pemula tidak belajar apa pun, hanya memasang dan berharap

Kapan EA penuh otomatis bisa dipertimbangkan

EA penuh otomatis **cocok** untuk:

- Trader berpengalaman tiga tahun lebih yang menulis EA sendiri
- Trader yang memahami 100% logika EA-nya
- Trader yang punya proses pemantauan harian atau mingguan
- Trader yang siap intervensi manual saat kondisi anomali

EA penuh otomatis **tidak cocok** untuk:

- Pemula yang baru mulai
- Trader yang membeli EA dari forum atau grup chat
- Trader yang tidak mengerti coding sama sekali
- Trader yang berharap penghasilan pasif tanpa usaha

Alternatif lebih sehat

Daripada EA penuh otomatis:

1. Pelajari dasar MQL4/MQL5 — pahami bagaimana kode bekerja

2. Pakai pendekatan semi-otomatis (BAGIAN 10 Bab 1)
3. Gunakan indikator kustom untuk analisis, bukan eksekusi otomatis
4. Backtest sistem sendiri dengan EA buatan sendiri

POIN KUNCI

- EA penuh otomatis tanpa pengawasan adalah jalan cepat ke margin call.
- Pemula tidak punya cara menilai EA yang dibeli — logika grid/martingale sering tersembunyi di kode.
- Kalau klaim EA sungguh tanpa kerugian, penjualnya tidak perlu menjual ke publik.
- Semi-otomatis dan sistem buatan sendiri jauh lebih aman untuk belajar.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tidak membeli EA dari sumber tidak terverifikasi
- ☐ Saya tidak memakai EA grid/martingale tanpa stop loss
- ☐ Saya memahami logika EA sebelum menjalankannya di live
- ☐ Saya memantau EA minimal mingguan, bukan pasang lalu lupa
- ☐ Saya tahu kapan harus intervensi manual

LATIHAN

Latihan 1 — Evaluasi diri. Jawab jujur:

Berapa lama saya trading konsisten? : _____ bulan
Apakah saya bisa membaca kode MQL? : Ya / Tidak
Apakah saya punya jadwal pemantauan EA? : Ya / Tidak
Apakah saya siap intervensi manual? : Ya / Tidak

Kalau ada dua jawaban "Tidak", EA penuh otomatis belum untukmu.

Latihan 2 — Simulasi drawdown. Ambil laporan backtest EA (atau sistemmu). Catat drawdown maksimum historis:

Drawdown maksimum : _____ %
Dalam dolar (\$2.000 modal): \$ _____
Apakah saya sanggup duduk diam? : Ya / Tidak

Kalau jawabannya tidak, rencanakan dulu sebelum live — bukan saat drawdown sedang terjadi.

BAB 10.4

PROP FIRM: APA ITU DAN CARA MEMILIH YANG SAH

Beberapa tahun terakhir, prop firm (perusahaan trading proprietary) populer di kalangan trader ritel. Janji utamanya: trading dengan modal besar milik perusahaan, dan pembagian untung untuk trader. Sebagian model ini nyata; sebagian besar peserta gagal sebelum pernah menerima payout.

Prop firm menyediakan modal trading kepada trader yang lulus serangkaian evaluasi (challenge). Kamu membayar biaya challenge, trading di akun demo dengan aturan ketat, dan kalau lulus, mendapat akun funded dengan pembagian untung.

Cara kerja umum

1. Trader membayar biaya challenge (besarannya bervariasi, sering ratusan hingga ribuan dolar AS, tergantung ukuran akun)
2. Trading di akun evaluasi dengan aturan ketat
3. Lulus fase 1 (target untung, batas drawdown) → masuk fase 2
4. Lulus fase 2 → mendapat akun funded
5. Untung di akun funded: pembagian 70–90% untuk trader

Biaya challenge hilang kalau kamu gagal. Itu bukan deposit — itu biaya evaluasi yang tidak kembali. Sebagian besar peserta gagal di fase evaluasi. Angka persentase pastinya bervariasi antar perusahaan dan jarang dipublikasikan secara jujur, tapi polanya konsisten: lebih banyak yang gagal daripada yang lulus dan menerima payout berkelanjutan.

Aturan yang paling sering menggagalkan peserta

Baca aturan sebelum membayar. Banyak kegagalan bukan karena strategi buruk, tapi karena melanggar aturan.

Aturan	Penjelasan
Batas rugi harian	Kerugian dalam satu hari tidak boleh melewati persentase tertentu (sering 4–5%)
Batas rugi total	Drawdown keseluruhan dari saldo awal (sering 8–10%)
Target untung dengan tenggat	Harus mencapai persentase untung dalam jumlah hari tertentu
Hari trading minimum	Harus trading di N hari berbeda, meski sudah capai target
Larangan trading saat rilis data	Banyak firm melarang posisi terbuka saat rilis berdampak tinggi
Larangan strategi tertentu	Martingale, grid, trading berita, atau EA sering dilarang

Satu hari buruk yang melanggar batas rugi harian bisa menggagalkan challenge meski akun masih di atas batas rugi total. Itu sengaja — firm menguji disiplin, bukan hanya kemampuan untung.

Prosedur due diligence sebelum bayar challenge (45 menit):

1. Cari ulasan payout independen (forum, Trustpilot) — filter yang hanya 1 bintang dan yang hanya 5 bintang.
2. Verifikasi entitas legal firm di registry negara asal — bukan hanya alamat di situs.
3. Baca kontrak: apa yang terjadi kalau akun funded dicabut? Apakah payout pro-rata?
4. Hitung biaya challenge ÷ target untung fase 1 — berapa persen "pajak" evaluasi?
5. Tulis aturan firm di catatan tempel sebelum deposit — bukan setelah lulus fase 1.

Kalau langkah 2 tidak menemukan entitas terdaftar, anggap biaya challenge sebagai biaya risiko tinggi — bukan investasi pasti.

Keuntungan dan kerugian**Keuntungan:**

- Akses modal besar tanpa menanggung seluruh risiko modal sendiri
- Aturan firm memaksa disiplin
- Potensi skala penghasilan lebih cepat kalau konsisten

Kerugian:

- Biaya challenge hilang kalau gagal
- Aturan ketat dan stres target waktu
- Banyak prop firm bermasalah — biaya challenge diambil, payout ditunda atau ditolak
- Payout bisa terlambat (30 hari atau lebih)
- Perasaan trading "untuk perusahaan", bukan untuk diri sendiri

Apakah prop firm cocok untuk kamu?**Cocok kalau:**

- Konsisten untung 12 bulan lebih di akun pribadi
- Disiplin keras — bisa mengikuti aturan ketat
- Modal terbatas tapi skill terbukti
- Tahan tekanan target waktu

Tidak cocok kalau:

- Masih sering revenge trading atau FOMO
- Belum konsisten 12 bulan
- Modal pribadi cukup untuk scaling sendiri
- Tidak suka aturan dari pihak lain

Cara menilai prop firm sebelum membayar

1. **Rekam jejak minimal dua tahun** beroperasi — cek apakah masih aktif saat kamu membaca buku ini
2. **Bukti payout publik** — ulasan independen, bukan hanya testimoni di situs mereka
3. **Aturan jelas dan konsisten** — waspadai batas rugi harian yang tidak realistis
4. **Layanan pelanggan responsif** — coba hubungi sebelum membayar
5. **Entitas legal terdaftar** — minimum terdaftar sebagai perusahaan
6. **Harga transparan** — biaya jelas, kebijakan refund jelas
7. **Komunitas aktif** — pengalaman riil dari trader lain

Industri ini berubah cepat. Perusahaan yang dianggap aman tahun lalu bisa tutup atau diblokir regulator. Selalu riset ulang di tahun saat kamu membaca.

Tanda prop firm yang harus dihindari

- Beroperasi kurang dari satu tahun tanpa rekam jejak
- Aturan ambigu atau berubah-ubah
- Tidak ada bukti payout publik yang bisa diverifikasi
- Janji "tanpa challenge, langsung funded" — model bisnisnya tidak masuk akal
- Diskon ekstrem — tanda arus kas bermasalah
- Layanan pelanggan lambat atau hanya template
- Banyak keluhan akun dibekukan saat untung

POIN KUNCI

- Prop firm bukan jalan pintas; sebagian besar peserta gagal dan biaya challenge hilang.
- Aturan batas rugi harian, batas rugi total, target untung, dan larangan trading saat rilis data adalah penyebab kegagalan paling umum.
- Konsistensi di akun pribadi 12 bulan lebih adalah prasyarat sebelum membayar challenge.
- Riset minimal satu minggu sebelum keputusan — industri ini berubah cepat dan penuh badan bermasalah.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya memahami model bisnis prop firm — biaya challenge hilang kalau gagal
- ☐ Saya tahu keuntungan dan kerugian sebelum membeli challenge
- ☐ Saya tidak menganggap prop firm jalan pintas
- ☐ Saya konsisten 12 bulan lebih di akun pribadi sebelum mencoba
- ☐ Saya cek rekam jejak prop firm minimal dua tahun
- ☐ Saya membaca ulasan payout independen
- ☐ Saya memahami SEMUA aturan sebelum membeli challenge
- ☐ Saya tidak tergoda diskon ekstrem

LATIHAN

Latihan 1 — Audit aturan challenge. Pilih satu prop firm yang kamu pertimbangkan (atau cari aturan publiknya). Isi:

Batas rugi harian : ____ %
Batas rugi total : ____ %
Target untung fase 1 : ____ %
Hari trading minimum : ____
Larangan saat rilis data : Ya / Tidak
Biaya challenge : \$ ____

Tandai aturan mana yang paling mungkin kamu langgar dengan gaya tradingmu saat ini.

Latihan 2 — Simulasi kegagalan.

Biaya challenge : \$ ____
Probabilitas gagal (kualitatif): tinggi / sedang / rendah
Kalau gagal, uang hilang : \$ ____
Apakah saya sanggup kehilangan itu? : Ya / Tidak

Kalau jawabannya tidak, belum waktunya.

BAB 10.5

STRATEGI LULUS CHALLENGE

Lulus challenge prop firm bukan tentang untung besar — tentang konsistensi dan disiplin dalam aturan ketat. Strategi yang bekerja di akun pribadi belum tentu cocok untuk challenge.

Rencana harian challenge: contoh angka

Akun challenge \$10.000, batas rugi harian 5% (\$500), batas rugi total 10% (\$1.000), target fase 1: 8% (\$800).

Aturan operasional harian:

Risiko per transaksi : 0,75% = \$75
 Stop loss emas intraday : \$6,00
 $\text{Lot} = \$75 \div (\$6,00 \times 100) = 0,125 \rightarrow 0.12 \text{ lot}$
 Maksimal transaksi/hari : 2
 Berhenti jika untung harian +1,5% (\$150)
 Berhenti jika rugi harian -2% (\$200)

Simulasi minggu 1:

Hari	Transaksi	Hasil	Saldo	Catatan
Sen	1 untung	+\$120	\$10.120	berhenti (target harian)
Sel	0	—	\$10.120	tidak ada setup layak
Rab	2 rugi	-\$150	\$9.970	berhenti (batas 2 transaksi)
Kam	1 untung	+\$90	\$10.060	
Jum	0	—	\$10.060	jauhi NFP

Kumulatif minggu 1: +0,6%. Pelan — dan itu memang rencannya.

Kriteria setup layak saat challenge

Setup harus memenuhi minimal empat dari enam jenis konfluens (BAGIAN 2 Bab 9):

- [] Struktur (support/resistance teruji)
- [] Arah H4 searah
- [] Zona order block atau supply-demand
- [] Penolakan lilin
- [] Jam overlap London-NY
- [] Tidak ada rilis data 60 menit ke depan

Skor 3 atau di bawah: **lewati**, meski FOMO muncul. Challenge gagal lebih sering karena overtrading, bukan karena setup bagus dilewatkan.

Simulasi kegagalan: Challenge \$10.000, batas harian 5%. Dua kerugian berturut @1% (\$100+\$100). Saldo \$9.800 — masih aman. Transaksi ketiga revenge @2% rugi \$196. Saldo \$9.604. Transaksi keempat @2% rugi \$192. Total hari itu −\$588, mendekati batas. **Pelajaran:** aturan "maksimal 2 transaksi/hari" mencegah skenario ini — revenge adalah pelanggaran aturan, bukan "strategi recovery".

Jurnal challenge (format minimal):

Tanggal	Setup skor	Risiko %	Hasil \$	Saldo	Melanggar aturan? (ya/tidak)
---------	------------	----------	----------	-------	------------------------------

Satu baris per hari. Setelah 30 hari, hitung berapa hari melanggar aturan versus berapa hari rugi karena setup sah. Kalau pelanggaran aturan lebih sering daripada rugi strategi, masalahnya disiplin — bukan pasar.

Target fase 2 dalam angka: Akun \$10.000, target 5% (\$500), risiko 0,5% per transaksi (\$50), SL \$6 → lot 0.08. Delapan minggu dengan rata-rata \$62,50 per minggu mencapai target — tanpa minggu jackpot.

Prosedur pagi challenge (10 menit sebelum sesi):

1. Tulis saldo awal hari dan batas rugi harian dalam dolar.
2. Cek kalender — ada rilis tier-1? Jika ya, rencana: tidak trading ± 60 menit.
3. Tulis arah D1/H4 (satu kalimat).
4. Tentukan maksimal transaksi hari ini (1–2).
5. Tulis target berhenti: untung +1,5% atau rugi −2% — mana yang tercapai duluan, hari selesai.

Challenge gagal lebih sering karena hari ke-47 overtrade, bukan karena hari ke-3 rugi normal. Prosedur pagi mencegah hari ke-47.

Pergeseran sikap

Di akun pribadi: tujuan adalah untung maksimal. Di challenge: tujuan adalah lulus dengan risiko minimal.

Perbedaannya besar. Banyak trader gagal karena sikap masih agresif seperti di akun pribadi.

Strategi konservatif untuk lulus challenge

Aturan saya:

1. Risiko 0,5–1% per transaksi (bukan 2% seperti biasa)
2. Target 1% per minggu = 4–5% per bulan = lulus dalam 2–3 bulan
3. Hanya setup dengan mutu layak — bukan setup ragu atau tolak
4. Maksimal 1–2 transaksi per hari
5. Berhenti trading kalau untung harian 1,5% — jangan serakah
6. Berhenti trading kalau rugi harian 2% — jangan revenge

7. Tidak trading saat rilis data — terlalu berisiko untuk challenge
8. Jam trading ketat — sesuaikan dengan sesi yang kamu kuasai

Fase 1 (target 8–10%)

Minggu	Target untung	Kumulatif
1	1%	1%
2	1%	2%
3	1,5%	3,5%
4	1,5%	5%
5	1,5%	6,5%
6	1,5%	8%
7	(cadangan)	8% (lulus)

Pelan dan stabil — bukan jackpot.

Fase 2 (target 5%)

Setelah lulus fase 1:

- Risiko turunkan ke 0,5%
- Transaksi lebih selektif
- Target 0,5% per minggu
- Lulus dalam 8–10 minggu

Akun funded

Setelah funded:

- Risiko 0,3–0,5% per transaksi
- Target untung konsisten, bukan untung besar
- Tarik dana sesuai jadwal firm
- Jangan tergoda swing besar — akun bisa dicabut

Kesalahan umum saat challenge

- Trading hari pertama dengan lot besar untuk "unggul di awal"
- Revenge setelah satu kerugian
- Trading saat rilis data berdampak tinggi

- Lupa hari trading minimum
- Tidak membaca aturan detail

POIN KUNCI

- Challenge bukan sprint — marathon dengan aturan ketat.
- Risiko 0,5–1% dan target mingguan kecil lebih aman daripada agresif.
- Berhenti trading saat target harian tercapai — serakah adalah pelanggaran aturan.
- Trader yang lulus adalah yang paling sabar, bukan yang paling agresif.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya risiko 0,5–1% saat challenge, bukan 2%
- ☐ Saya hanya masuk setup dengan mutu layak saat challenge
- ☐ Saya berhenti trading saat target harian tercapai
- ☐ Saya membaca SEMUA aturan sebelum mulai
- ☐ Saya tidak trading saat rilis data berdampak tinggi

LATIHAN

Latihan 1 — Rencana challenge.

Ukuran akun challenge : \$ _____
 Risiko per transaksi : _____ %
 Rugi maksimum per transaksi: \$ _____
 Target mingguan : _____ %
 Perkiraan minggu lulus : _____

Latihan 2 — Simulasi satu hari buruk.

Saldo awal hari : \$ _____
 Batas rugi harian (5%) : \$ _____
 Dua kerugian berturut @1% : \$ _____
 Apakah masih aman? : Ya / Tidak

Kalau jawabannya tidak, turunkan risiko per transaksi.

BAB 10.6

MENGELOLA AKUN FUNDED

Lulus challenge hanya awal. Banyak trader lulus evaluasi tapi gagal di akun funded karena tekanan berbeda dan sikap belum siap.

Rutinitas mingguan akun funded

Senin pagi (15 menit):

1. Catat saldo awal minggu.
2. Baca aturan firm: batas rugi harian, batas total, larangan trading saat rilis data.
3. Tulis arah mingguan dari D1/H4 emas.

Setiap hari sebelum sesi:

Saldo hari ini	:	\$ _____
Batas rugi harian firm	:	____% = \$ _____
Risiko per transaksi	:	____% = \$ _____
Transaksi maksimum	:	_____
Target untung harian	:	____% (berhenti jika tercapai)

Jumat sore:

1. Hitung untung/rugi minggu ini.
2. Ajukan penarikan dana jika jadwal firm memungkinkan.
3. Tulis satu hal yang berjalan baik dan satu yang perlu diperbaiki.

Contoh penarikan dana: tiga bulan

Akun funded \$100.000, pembagian untung 80% untuk trader:

Bulan 1	:	untung \$2.500 → bagian trader \$2.000 → tarik \$1.500, sisakan \$500 di akun
Bulan 2	:	untung \$1.800 → bagian trader \$1.440 → tarik \$1.200
Bulan 3	:	drawdown -\$800 → tarik \$0, evaluasi sistem, risiko turun ke 0,3%

Setelah tiga bulan, trader sudah menerima \$2.700 ke rekening pribadi — jaring pengaman kalau akun dicabut. Compound 100% di akun funded meningkatkan tekanan psikologis tanpa menjamin payout lebih cepat.

Kriteria pencabutan akun — cek kontrak firm: Pelanggaran batas rugi harian, trading saat rilis data terlarang, atau drawdown total melewati plafon. Satu pelanggaran bisa menutup akun meski saldo masih positif. Baca daftar ini sebelum transaksi pertama di akun funded; tempel di dekat layar.

Contoh lot funded vs pribadi:

Akun pribadi \$2.000, risiko 2%, SL \$8 → lot 0.05, risiko \$40
 Akun funded \$100.000, risiko 0,4%, SL \$8 → lot 0.50, risiko \$400

Lot absolut 0,50 terdengar besar, tapi persentase risiko lebih kecil. Kebingungan antara "lot besar" dan "risiko besar" sering membuat trader funded overtrade setelah lulus — karena belum terbiasa dengan nominal dolar yang lebih besar di layar.

Checklist minggu pertama akun funded:

- ☐ Risiko per transaksi $\leq 0,5\%$
- ☐ Batas rugi harian firm ditulis di catatan tempel
- ☐ Penarikan pertama dijadwalkan (tanggal _____)
- ☐ Satu rekan tahu aturan firm saya (akuntabilitas)
- ☐ Tidak menaikkan lot hanya karena "ini uang perusahaan"

Simulasi satu hari buruk di akun funded \$100.000:

Saldo awal : \$100.000
 Batas harian 5%: \$5.000
 Tiga rugi @0,5%: $-\$500 - \$497 - \$494 = -\$1.491$
 Masih aman? : Ya — tapi hari selesai, tidak trading lagi

Trader yang melanjutkan karena "masih jauh dari batas" sering menambah transaksi ke-4 dan ke-5 — itulah pola yang mencabut akun.

Perbandingan penarikan vs compound: Untung \$3.000/bulan, tarik 70% (\$2.100), compound 30% (\$900). Enam bulan compound hanya menambah ~\$5.500 ke akun — tarik rutin sudah menempatkan \$12.600 di rekening pribadi. Untuk sebagian trader, itu lebih berharga daripada angka saldo funded yang lebih besar di layar.

Prosedur bulan pertama akun funded (minggu demi minggu):

Minggu 1: Risiko 0,3%, maksimal 1 transaksi/hari, fokus patuh aturan firm — bukan untung besar.
 Minggu 2: Naik ke 0,4% hanya jika minggu 1 tanpa pelanggaran aturan. Minggu 3–4: Pertahankan 0,4–0,5%, ajukan penarikan pertama jika jadwal firm mengizinkan. Jangan naik lot karena "ini uang perusahaan" — persentase risiko tetap lebih kecil daripada akun pribadi.

Kriteria evaluasi akhir bulan 1:

Pelanggaran aturan firm : _____ kali
 Drawdown dari saldo awal : _____ %
 Penarikan ke rekening pribadi: \$ _____
 Apakah sistem sama dengan saat lulus challenge? : Ya / Tidak

Kalau pelanggaran > 0 atau drawdown > 8%, turunkan risiko — jangan "mengejar" target bulanan.

Tantangan akun funded

1. **Untung lebih lambat** — risiko lebih kecil (0,3–0,5%)
2. **Stres lebih tinggi** — ini uang perusahaan, bukan milikmu
3. **Aturan tetap ketat** — batas drawdown masih berlaku, akun bisa dicabut
4. **Jadwal payout** — kadang 30 hari sekali, butuh sabar
5. **Rencana scaling** — beberapa firm menawarkan penambahan ukuran akun kalau konsisten

Aturan bertahan di akun funded

- Risiko 0,3–0,5% per transaksi — lebih kecil dari challenge
- Target untung 2–3% per bulan — bisa bertahan jangka panjang
- Tarik dana konsisten sesuai jadwal — jangan compound 100%
- Jaga batas drawdown seperti hidup-mati
- Jangan serakah — akun bisa dicabut karena satu hari kebablasan

Ukuran posisi di akun funded \$100.000

Contoh dengan stop loss \$10,00 (intraday emas):

Risiko per transaksi	Dolar	Lot XAUUSD (SL \$10,00)
0,3%	\$300	0,30 lot
0,5%	\$500	0,50 lot
1% (maksimum)	\$1.000	1,00 lot

Di akun pribadi \$1.000, 1,00 lot adalah bunuh diri. Di akun funded \$100.000, 1,00 lot dengan stop loss \$10,00 = risiko 1%. Konteks modal menentukan ukuran yang wajar.

Strategi penarikan dana

Contoh untuk akun funded \$100.000:

- Untung bulan 1: \$3.000 → pembagian 80% = \$2.400 milikmu
- Tarik \$1.500–\$2.000 ke rekening pribadi
- Compound sisanya di akun funded (sambil ikut rencana scaling firm)

Kenapa tarik dana konsisten?

1. Modal pribadi terbangun
2. Jaring pengaman mental — kalau akun dicabut, kamu sudah menerima sebagian
3. Pencatatan pajak lebih mudah — ada rekam jejak

4. Mengurangi serakah

POIN KUNCI

- Akun funded bukan hadiah — aturan tetap ketat dan akun bisa dicabut.
- Risiko 0,3–0,5% lebih kecil dari challenge; konsistensi lebih penting dari untung besar sekali-kali.
- Tarik dana secara rutin — jangan compound 100% di akun funded.
- Ukuran lot wajar bergantung pada modal akun, bukan angka absolut.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya risiko 0,3–0,5% di akun funded, bukan 2%
- ☐ Saya tarik dana konsisten, bukan compound 100%
- ☐ Saya memahami rencana scaling firm saya
- ☐ Saya memperlakukan akun funded seperti bisnis serius
- ☐ Saya tahu syarat pencabutan akun

LATIHAN**Latihan 1 — Hitung lot funded.**

Saldo akun funded : \$ _____
 Risiko per transaksi (0,5%): \$ _____
 Stop loss : \$ _____
 Lot (rumus BAGIAN 3) : _____

Latihan 2 — Rencana penarikan.

Target untung bulanan : \$ _____
 Persentase tarik ke rekening pribadi: ____%
 Jumlah tarik : \$ _____
 Sisa di akun funded : \$ _____

BAB 10.7

MENGELOLA BEBERAPA AKUN

Setelah konsisten, banyak trader punya lebih dari satu akun. Itu bisa membantu pemisahan tujuan — asalkan terstruktur, bukan alasan untuk revenge trading.

Template peta akun (isi sendiri)

```

Akun A – demo latihan
  Modal    : $0 (virtual)
  Tujuan   : uji setup baru, tanpa risiko
  Risiko    : 0%

Akun B – trading utama XAUUSD
  Modal    : $_____
  Tujuan   : sistem intraday/swing utama
  Risiko    : _____% per transaksi
  Maks/hari: _____ transaksi

Akun C – challenge prop firm (opsional)
  Modal    : milik firm
  Tujuan   : lulus evaluasi
  Risiko    : 0,5–1% (sesuai aturan firm)

```

Prosedur hitung risiko agregat

Sebelum membuka posisi di akun manapun, jawab:

1. Apakah ada posisi terbuka di akun lain dengan arah serupa?
2. Berapa total risiko (\$) jika semua kena stop loss bersamaan?
3. Apakah total itu di bawah 3% dari **total modal** semua akun?

Contoh:

```

Akun B : long emas 0.03 lot, SL $5 → risiko $15  (modal $1.000 = 1,5%)
Akun C : long emas 0.05 lot, SL $5 → risiko $25  (modal firm, aturan 0,5%)
Total risiko emas searah : $40

```

Jika korelasi 100% (instrumen sama), ini satu taruhan \$40 – bukan dua taruhan independen.

Kalau kamu tidak menghitung agregat, dua akun terasa "aman" masing-masing 1%, padahal gabungan 2% atau lebih pada arah yang sama.

Aturan praktis: Satu instrumen (XAUUSD) hanya boleh punya satu arah total di semua akun. Kalau Akun B long emas, Akun C tidak boleh long emas lagi — pilih satu akun untuk setup itu.

Pengecualian: Akun demo untuk latihan, bukan akun uang nyata kedua.

Skema dua akun untuk pemula menengah:

Akun demo : uji perubahan sistem (0% risiko nyata)
 Akun live : sistem yang sudah forward test (risiko 1–2%)
 Total akun live aktif : maksimal 1 sampai konsisten 6 bulan

Menambah akun live kedua sebelum akun pertama stabil hanya menggandakan kesalahan yang sama — spread dan komisi ganda, fokus terpecah, jurnal lebih sulit.

Contoh jurnal master (satu baris per transaksi semua akun):

Tanggal | Akun | Instrumen | Arah | Lot | SL \$ | Risiko \$ | Tema (emas/DXY/dll)

Tema membantu melihat apakah kamu unknowingly menumpuk taruhan searah di akun berbeda. Tinjau mingguan: jumlah risiko per tema, bukan per akun saja.

Contoh konkret risiko agregat:

Akun live \$3.000, risiko 2% = \$60 per transaksi
 Dua akun live (XAUUSD + XAUUSD copy di challenge) = \$120 total jika keduanya long
 $\$120 \div \$3.000 = 4\%$ modal — melewati batas 3% agregat

Solusi: satu posisi emas aktif total, atau kurangi risiko per akun menjadi 1%.

Kalau total risiko agregat melewati 3%, pilih akun mana yang menjalankan setup — bukan membuka keduanya dengan harapan "salah satu pasti untung".

Revenge antar akun — rugi di Akun A lalu "balas" di Akun B — melanggar aturan yang sama dengan revenge dalam satu akun. Total risiko agregat tetap harus dihitung.

Prosedur sebelum buka posisi (semua akun):

1. Buka jurnal master — ada posisi emas terbuka di akun lain?
2. Hitung risiko \$ posisi baru + risiko \$ posisi terbuka.
3. Bagi total risiko \$ dengan total modal semua akun live.
4. Kalau hasil > 3%, kurangi lot atau lewati setup.
5. Catat satu baris di jurnal master sebelum menekan tombol buy/sell.

Contoh kegagalan multi-akun: Akun utama long 0,05 lot SL \$6 (risiko \$30). Challenge long 0,08 lot SL \$6 (risiko \$48). Total \$78 pada arah yang sama — jika emas turun \$6, kerugian \$78 sekaligus, bukan "dua taruhan kecil". Tanpa langkah 1–4, dua akun terasa aman masing-masing 1,5% padahal agregat melebihi batas.

Tipe akun yang umum

Tipe akun	Tujuan	Tingkat risiko
-----------	--------	----------------

Demo	Latihan setup baru	0%
Akun utama	Sistem utama	Konservatif
Akun agresif	Setup rasio tinggi	Lebih tinggi
Akun jangka panjang	Swing/posisi	Sangat konservatif
Challenge prop firm	Lulus evaluasi	Sesuai aturan firm

Aturan mengelola beberapa akun

Jangan:

- Punya lima akun atau lebih sebagai pemula
- Memakai akun berbeda untuk revenge trading
- Lupa total risiko agregat dari semua akun

Lakukan:

- Maksimal 2–3 akun aktif
- Total risiko semua akun $\leq 3\%$ per transaksi global
- Catat jurnal per akun dan jurnal master

Total risiko agregat

Contoh: tiga akun masing-masing \$1.000, risiko 2% per akun = \$20 per akun. Total risiko per transaksi global = \$60. Total modal \$3.000, total risiko \$60 = 2% dari modal total. Aman.

Tapi kalau tiga akun masing-masing risiko 5%: total risiko = \$150 = 5% modal total. Terlalu agresif.

Pemisahan tujuan

Beberapa akun bekerja baik untuk memisahkan tujuan:

- Akun A: trading harian XAUUSD
- Akun B: trading swing pasangan lain
- Akun C: posisi jangka panjang

Bukan untuk:

- Akun A rugi → akun B revenge

POIN KUNCI

- Beberapa akun menambah kompleksitas — hanya tambah kalau memang perlu.
- Total risiko agregat harus dihitung, bukan per akun saja.
- Setiap akun punya tujuan spesifik; revenge trading antar akun dilarang.
- Maksimal 2–3 akun aktif untuk pemula dan menengah.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tidak punya lebih dari 3 akun aktif
- ☐ Saya melacak total risiko agregat
- ☐ Setiap akun punya tujuan spesifik
- ☐ Saya tidak memakai akun lain untuk revenge
- ☐ Saya punya jurnal master selain jurnal per akun

LATIHAN**Latihan 1 — Peta akun.**

Akun 1 – tujuan : _____ modal : \$ _____ risiko : ____%
 Akun 2 – tujuan : _____ modal : \$ _____ risiko : ____%
 Akun 3 – tujuan : _____ modal : \$ _____ risiko : ____%
 Total modal : \$ _____
 Total risiko per transaksi global : \$ _____ (____% dari total)

Latihan 2 — Tes agregat. Kalau kamu masuk posisi serupa di dua akun sekaligus, apakah total risiko masih di bawah 3%? Tulis satu contoh konkret dengan angka.

BAB 10.8

SIKAP TRADER VERSUS PENGUSAHA

Trader ritel sering memperlakukan trading seperti hobi: untung bulan ini, rugi bulan depan, tanpa pencatatan. Trader yang memperlakukan trading sebagai bisnis tahu angka bersih, biaya operasional, dan arah 12 bulan ke depan.

Prosedur tinjauan bisnis bulanan

Setiap akhir bulan, isi lembar ini (30–45 menit):

1. Pendapatan kotor trading : \$ _____
2. Spread + komisi terealisasi : \$ _____
3. Swap (jika ada) : \$ _____
4. Biaya langganan + internet : \$ _____
5. Untung bersih (1–2–3–4) : \$ _____
6. Jam trading efektif : _____ jam
7. Untung bersih per jam : \$ _____
8. Persentase transaksi sesuai rencana : _____%
9. Drawdown maksimum bulan ini : _____%
10. Penarikan ke rekening pribadi: \$ _____

Kriteria sehat (bukan target wajib):

- Untung bersih positif tiga bulan dari empat bulan terakhir
- Drawdown bulanan di bawah batas yang kamu tetapkan (misalnya 8%)
- Persentase transaksi sesuai rencana di atas 80%
- Untung bersih per jam masuk akal dibanding pekerjaan alternatifmu

Contoh: trader paruh waktu vs pengusaha

Trader hobi (tidak mencatat biaya):

Terlihat untung \$800/bulan
 Spread + komisi : tidak dicatat
 Langganan chart : \$25/bulan "lupa"
 Jam trading : 60 jam/bulan
 Persepsi : "\$800 extra"

Trader pengusaha (mencatat lengkap):

Pendapatan kotor : \$800
 Biaya langsung : -\$95
 Biaya operasional: -\$75
 Untung bersih : \$630
 Jam efektif : 40 jam (20 jam buang karena overtrading)
 Untung bersih/jam: \$15,75

Angka kedua lebih jujur — dan membantu keputusan apakah trading layak diperbesar atau tetap sampingan.

Alokasi untung (contoh): Untung bersih bulan ini \$900. Skema 50/30/20: \$450 reinvest ke modal trading (jika di bawah 10% aset cair), \$270 tabungan darurat, \$180 penarikan/kebutuhan. Tulis persentase di awal bulan — bukan memutuskan saat uang sudah masuk rekening, karena otak cenderung menghabiskan untung trading seperti "bonus".

Indikator tambahan untuk trader pengusaha:

Biaya hidup bulanan : \$ _____
 Untung bersih trading : \$ _____
 Persentase biaya hidup tercover : ____%

Kalau persentase di bawah 50% selama tiga bulan, trading belum layak jadi sumber utama — pertahankan pekerjaan utama dan perbaiki sistem, bukan resign dulu.

Spreadsheet biaya tahunan (isi sekali, update bulanan):

Komisi + spread tahun ini : \$ _____
 Langganan chart/data : \$ _____
 Perangkat (amortisasi) : \$ _____
 Internet (porsi trading) : \$ _____
 Total biaya operasional : \$ _____
 Untung kotor trading : \$ _____
 Untung bersih : \$ _____

Tanpa baris total biaya, kamu tidak tahu apakah trading layak diperbesar — hanya tahu apakah saldo naik.

Benchmark sederhana: Untung bersih per jam di atas \$10 (setara pekerjaan paruh waktu di banyak negara) adalah indikator bahwa sistem layak dievaluasi lebih serius — bukan target wajib, tapi filter sebelum mengubah gaya hidup.

Catat biaya operasional di spreadsheet yang sama dengan untung trading — baris biaya kosong selama tiga bulan berturut berarti angka untung bersihmu kemungkinan terlalu optimis.

Prosedur tinjauan triwulan (selain tinjauan bulanan):

1. Bandingkan untung bersih per jam tiga bulan terakhir — naik, flat, atau turun?
2. Hitung total biaya operasional triwulan ÷ untung kotor — persentase biaya?
3. Kalau persentase biaya > 15%, evaluasi langganan: apakah chart premium masih sepadan?
4. Tulis satu keputusan: perbesar, pertahankan, atau kecilkan jam trading — dengan alasan angka, bukan perasaan.

Trader pengusaha membedakan "sibuk di chart" dengan "jam efektif" — overtrading membengkakkan jam tanpa menambah untung bersih per jam.

Perbedaan sikap

Trader ritel	Trader pengusaha
Trading emosi dan perasaan	Trading sistem dan data
Untung = keberuntungan	Untung = output bisnis
Tidak mencatat biaya	Mencatat semua biaya operasional
Tidak punya indikator kinerja	Punya indikator kinerja bulanan
Jam trading acak	Jam trading terjadwal
Untung langsung dipakai	Untung dialokasikan (reinvest, tabungan, tarik)
Satu sumber penghasilan	Penghasilan stabil di luar trading
Tidak ada struktur legal	Konsultasi legal kalau skala besar

Komponen bisnis trading

1. Pendapatan

- Untung per bulan
- Penarikan dana konsisten
- Skala untung dari waktu

2. Biaya langsung

- Komisi dan spread broker
- Swap (untuk swing trader)
- Slippage terealisasi

3. Biaya operasional

- Internet dan listrik
- Langganan alat (chart, data)
- Perangkat keras (laptop, monitor)
- Biaya belajar (buku, kursus)

4. Untung bersih

- Pendapatan – biaya langsung – biaya operasional
- Itu untung sungguhan milikmu

Contoh perhitungan

Trader full-time, akun \$20.000:

- Pendapatan bulanan rata-rata: \$1.200 (6% return)
- Biaya langsung: \$80 (komisi + spread)
- Biaya operasional: \$200 (internet \$50, langganan chart \$20, co-working \$130)
- **Untung bersih: \$920/bulan**

Bukan \$1.200 seperti yang terlihat. Banyak trader ritel lupa mencatat biaya dan merasa untung lebih besar dari kenyataan.

Indikator kinerja bulanan

Return %	:	_____ %
Persentase transaksi untung	:	_____ %
Profit factor	:	_____
Drawdown maksimum	:	_____ %
Eksekusi sesuai rencana	:	_____ %
Pendapatan (\$)	:	\$ _____
Untung bersih (\$)	:	\$ _____
Penarikan dana (\$)	:	\$ _____

POIN KUNCI

- Trading sebagai bisnis berarti tahu untung bersih, bukan hanya untung kotor.
- Biaya operasional (spread, komisi, langganan, internet) harus dicatat.
- Penghasilan stabil di luar trading adalah jaring pengaman, bukan sumber dari menjual layanan ke trader lain.
- Indikator kinerja bulanan membuat keputusan berdasarkan data, bukan perasaan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya mencatat pendapatan dan biaya trading
- ☐ Saya punya indikator kinerja bulanan
- ☐ Saya memperlakukan trading sebagai bisnis, bukan hobi
- ☐ Saya mengalokasikan untung (reinvest + tarik + tabungan)
- ☐ Saya punya penghasilan stabil di luar trading

LATIHAN

Latihan 1 — Hitung untung bersih bulan lalu.

Pendapatan trading : \$ _____
Biaya langsung : \$ _____
Biaya operasional : \$ _____
Untung bersih : \$ _____

Latihan 2 — Isi indikator kinerja. Isi delapan baris template indikator kinerja di atas untuk bulan berjalan. Simpan di folder pencatatan — bandingkan tiap akhir bulan.

BAB 10.9

LEGALITAS TRADING DI INDONESIA

Pertanyaan yang sering muncul: apakah trading di Indonesia legal? Jawabannya tergantung broker yang kamu pakai dan pendekatanmu. Regulasi berubah — selalu periksa status terkini di tahun saat kamu membaca buku ini.

Prosedur verifikasi broker (30 menit)

Lakukan sekali setahun atau sebelum deposit besar:

Langkah 1 — Regulator

Nama broker : _____
Regulator : _____
Nomor lisensi : _____ (cari di situs regulator, BUKAN situs broker)
Status lisensi : aktif / dicabut / tidak ditemukan
Tanggal cek : __ / __ / ____

Langkah 2 — BAPPEBTI (jika relevan)

Cek daftar broker terdaftar di situs resmi BAPPEBTI di tahun saat kamu membaca. Tulis apakah broker-mu ada di daftar.

Langkah 3 — Rekening terpisah

Rekening untuk setor/tarik broker : terpisah dari rekening gaji? Ya / Tidak
Bukti penarikan terakhir : tanggal _____ , jumlah \$_____

Langkah 4 — Aktivitas yang kamu sendiri lakukan

Centang yang **tidak** kamu lakukan:

- ☐ Menjual sinyal ke publik
- ☐ Menjanjikan return pasti ke orang lain
- ☐ Mengelola uang orang lain tanpa izin
- ☐ Mempromosikan skema "deposit ke rekening pihak ketiga"

Satu centang pada baris yang tidak tercentang berarti risiko hukum — konsultasi pengacara sebelum melanjutkan.

Dokumen yang disarankan disimpan: Bukti penarikan broker, mutasi rekening setor/tarik, screenshot status regulasi broker (dengan tanggal), dan catatan bahwa kamu trading untuk diri sendiri — bukan mengelola uang orang lain. Kalau skala tumbuh, konsultasi hukum lebih murah daripada sengketa tanpa dokumen.

Situasi abu-abu yang sering ditanyakan:

Menarik untung ke rekening Indonesia dari broker luar regulasi tier-1: secara praktik banyak yang melakukannya, tapi kamu tidak dilindungi BAPPEBTI kalau broker bermasalah. Menyimpan catatan setor/tarik membantu klaim sumber dana ke bank jika rekening ditanyakan — bukan jaminan, tapi lebih baik daripada tanpa jejak.

Pertanyaan untuk advokat (bawa saat konsultasi):

1. Apakah aktivitas trading saya dengan broker luar perlu pendaftaran khusus?
2. Kalau saya menarik untung rutin, apakah ada kewajiban pelaporan selain SPT?
3. Apakah menjual edukasi trading (bukan sinyal) memerlukan izin berbeda?

Jawaban bergantung tahun dan profil — bukan dari buku ini.

Catatan tahunan: Setiap Januari, ulangi verifikasi broker dan baca ulang daftar aktivitas rawan hukum di bab ini. Regulasi dan daftar BAPPEBTI berubah; checklist tahun lalu tidak otomatis sah tahun ini.

Simpan tanggal verifikasi terakhir di catatan broker-mu. Saat broker ganti regulasi atau rebranding, ulangi langkah verifikasi — perubahan nama situs sering disertai perubahan entitas legal di balik layar.

Verifikasi broker bukan sekali seumur hidup. Setor ulang besar setelah jeda lama = waktu yang tepat untuk mengulang checklist verifikasi, meski broker "sama" seperti dulu.

Prosedur dokumentasi legal (folder tetap):

Simpan di satu folder (digital atau fisik): bukti penarikan broker 12 bulan terakhir, mutasi rekening setor/tarik, screenshot status regulasi broker dengan tanggal, dan catatan bahwa aktivitasmu trading untuk diri sendiri. Update setiap kuartal. Kalau bank menanyakan sumber dana, folder ini mempercepat penjelasan — bukan jaminan hukum, tapi lebih baik daripada mencari bukti belakangan.

Yang buku ini tidak bisa jawab (konsultasi profesional wajib):

- Apakah struktur broker-mu legal untuk residens Indonesia pada tahun saat kamu membaca
- Kewajiban pelaporan pajak spesifik untuk profil penghasilanmu
- Apakah menjual edukasi (bukan sinyal) memerlukan izin usaha tertentu

Daftar pertanyaan untuk advokat ada di atas; bawa folder dokumentasi saat konsultasi.

Regulasi trading di Indonesia (referensi, bukan nasihat hukum)

1. **BAPPEBTI** (Badan Pengawas Perdagangan Berjangka Komoditi) — pengatur perdagangan derivatif dan komoditi di Indonesia
2. **OJK** — pengawas pasar modal (saham, reksadana; bukan forex ritel)

Status broker (perkiraan — verifikasi ulang saat kamu membaca):

Tipe broker	Status di Indonesia
Broker lokal terdaftar BAPPEBTI	Legal di Indonesia

Broker luar dengan regulasi tier-1 (FCA, ASIC, CySEC)	Abu-abu — tidak dilarang, tapi tidak dilindungi BAPPEBTI
Broker tanpa regulasi	Tidak disarankan — risiko hukum dan finansial

Daftar broker terdaftar BAPPEBTI berubah. Cek situs resmi BAPPEBTI di tahun saat kamu membaca — jangan mengandalkan daftar di buku ini.

Realita lapangan

- Banyak trader Indonesia memakai broker luar negeri karena spread lebih kompetitif
- Secara praktik, trading ritel dengan broker luar tidak dihukum, tapi kamu tidak dilindungi regulasi Indonesia kalau ada sengketa
- Kalau ada masalah dengan broker luar, menuntut secara hukum di Indonesia sulit

Rekomendasi praktis

Untuk pemula sampai menengah (\$1.000–\$5.000):

- Pilih broker dengan regulasi tier-1 (FCA, ASIC, CySEC) — lebih aman dari broker tanpa regulasi
- Verifikasi status regulasi di situs resmi regulator, bukan di situs broker saja

Untuk trader full-time atau modal besar:

- Pertimbangkan kombinasi broker luar regulasi tier-1 untuk trading utama dan broker BAPPEBTI untuk jejak penarikan lokal
- Konsultasi dengan konsultan pajak dan pengacara untuk struktur penghasilan

Aktivitas terkait trading yang rawan hukum

- Menjual sinyal trading tanpa izin — bisa kena pasal investasi bodong
- Menjanjikan angka return pasti — penipuan investasi
- Skema money game dengan label "trading"
- Robot trading dijual plus pengaturan deposit pihak ketiga

Peringatan: Hukum berubah. Untuk struktur bisnis trading skala besar, konsultasi dengan pengacara dan konsultan pajak terdaftar — bukan dari buku ini.

POIN KUNCI

- Legalitas trading di Indonesia tergantung broker; status BAPPEBTI dan daftar broker berubah — cek ulang saat kamu membaca.
- Broker luar regulasi tier-1 lebih aman dari broker tanpa regulasi, tapi tidak dilindungi BAPPEBTI.
- Menjual sinyal atau menjanjikan return pasti rawan hukum di Indonesia.
- Konsultasi profesional diperlukan kalau skala trading tumbuh.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya memakai broker dengan regulasi yang jelas
- ☐ Saya memverifikasi status regulasi di situs resmi regulator
- ☐ Saya memahami bahwa broker luar tidak dilindungi BAPPEBTI
- ☐ Saya tidak menjual sinyal atau robot ke publik tanpa konsultasi hukum
- ☐ Saya siap konsultasi pengacara kalau skala trading saya besar

LATIHAN**Latihan 1 — Verifikasi broker.**

Nama broker saya : _____
Regulator : _____
Nomor lisensi (cek di situs regulator): _____
Terdaftar BAPPEBTI? : Ya / Tidak / Tidak relevan
Tanggal verifikasi : __ / __ / ____

Latihan 2 — Risiko hukum pribadi. Tulis tiga aktivitas terkait trading yang menurutmu aman, dan tiga yang rawan hukum. Bandingkan dengan daftar di bab ini. Ada perbedaan?

BAB 10.10

PAJAK TRADER DAN PENCATATAN KEUANGAN

Topik yang paling sering dihindari trader Indonesia. Padahal kalau penghasilan trading signifikan, pajak dan pencatatan bukan opsional — meski detail teknisnya harus datang dari konsultan pajak, bukan dari buku ini.

Peringatan: Penulis buku ini bukan konsultan pajak. Bab ini hanya untuk kesadaran umum. Tarif, batas PTKP, dan aturan pelaporan berubah setiap tahun. Verifikasi semua angka di tahun saat kamu membaca, dan wajib konsultasi konsultan pajak terdaftar untuk kasusmu sendiri.

Kategori trader untuk keperluan pajak

1. Trader hobi (penghasilan tidak signifikan)

- Trading sesekali, untung kecil atau tidak konsisten
- Mungkin tidak ada kewajiban formal kalau di bawah PTKP — cek batas terkini
- Tetap catat untuk keamanan

2. Trader dengan penghasilan sampingan (ada gaji utama)

- Penghasilan trading tambahan untuk pegawai
- Laporkan di SPT tahunan kategori penghasilan lain
- Pajak progresif sesuai bracket gaji ditambah penghasilan trading

3. Trader full-time (penghasilan utama dari trading)

- Trading sebagai mata pencaharian utama
- Laporkan sebagai wajib pajak orang pribadi dengan penghasilan usaha
- Opsi fasilitas UMKM atau tarif progresif — tergantung profil; tanya konsultan

4. Trader skala besar (pertimbangan badan usaha)

- Penghasilan signifikan secara konsisten
- Pertimbangkan PT/CV untuk struktur lebih baik
- Pajak badan plus dividen — butuh perencanaan profesional

Tarif pajak penghasilan pribadi (referensi 2026 — verifikasi ulang)

Tarif berikut adalah contoh pada saat penulisan. **Cek tarif terbaru** di situs resmi Direktorat Jenderal Pajak di tahun saat kamu membaca.

Penghasilan tahunan	Tarif (referensi 2026)
Rp 0 – 60 juta	5%

Rp 60 – 250 juta	15%
Rp 250 – 500 juta	25%
Rp 500 juta – 5 miliar	30%
Di atas Rp 5 miliar	35%

Batas PTKP (Penghasilan Tidak Kena Pajak) juga berubah. Contoh saat penulisan: sekitar Rp 54 juta per tahun untuk wajib pajak lajang — **cek angka terkini** sebelum membuat keputusan.

Pencatatan keuangan yang harus disimpan

Minimum dokumen:

1. Mutasi rekening trading (setor dan tarik)
2. Laporan bulanan broker (semua transaksi)
3. Bukti penarikan ke rekening bank
4. Bukti pengeluaran operasional (kalau ingin dikurangkan — tanya konsultan)
5. NPWP dan SPT tahunan

Praktik terbaik:

- Pisahkan rekening trading dari rekening pribadi
- Simpan laporan broker bulanan dalam folder tetap
- Catat di spreadsheet: tanggal | setor/tarik | jumlah | broker | saldo bersih

Tiga rekening yang disarankan

1. **Rekening trading** — khusus setor dan tarik broker
2. **Rekening operasional** — penghasilan kerja utama
3. **Rekening tabungan/darurat** — minimum enam bulan biaya hidup

Aturan dasar:

- Modal trading maksimal 5–10% dari aset cair
- Untung trading masuk rekening operasional dulu — bukan langsung untuk konsumsi
- Jangan campur uang trading dengan uang sehari-hari

Kapan mulai memikirkan pajak?

Pertimbangkan konsultasi pajak kalau:

- Penghasilan trading stabil bulanan dengan jumlah signifikan
- Total penghasilan tahunan melewati batas PTKP (cek batas terkini)

- Trading menjadi sumber penghasilan utama
- Penarikan rutin ke rekening bank lokal

Risiko tanpa pencatatan

- Audit pajak bisa datang kapan saja — sanksi 50–200% tunggakan
- Rekening bank bisa diblokir karena transaksi dianggap mencurigakan
- Kasus pidana kalau jumlah signifikan dan ada unsur sengaja
- Sulit klaim aset kalau audit muncul belakangan

Contoh: trader untung miliaran rupiah, ditarik ke rekening tanpa pencatatan jelas. Rekening diblokir bank. Butuh berbulan-bulan dan dokumentasi rumit untuk membuka kembali. Catat semua transaksi dari awal — lebih mudah daripada membersihkan belakangan.

Pertanyaan untuk konsultan pajak

1. Status pajak saya dengan penghasilan trading sebesar ini?
2. NPWP saya cukup atau perlu badan usaha?
3. Bagaimana melaporkan penghasilan trading di SPT?
4. Berapa pajak yang harus saya siapkan?
5. Biaya operasional apa yang bisa dikurangkan?

Biaya konsultasi pajak jauh lebih kecil dari potensi denda dan stres audit.

Prosedur pencatatan bulanan (15 menit):

1. Unduh laporan broker akhir bulan — simpan PDF dengan nama `YYYY-MM-broker.pdf`.
2. Catat setor dan tarik ke spreadsheet (tanggal, jumlah, arah).
3. Hitung untung/rugi kotor bulan itu dari laporan broker.
4. Bandingkan dengan catatan jurnal trading — selisih > 5%? Investigasi sebelum lanjut bulan berikutnya.
5. Setiap Januari: ekspor spreadsheet tahun lalu untuk konsultan pajak.

Buku ini tidak memberi tarif atau formula pajak baru — hanya struktur pencatatan supaya konsultasi pajak efisien. Bawa spreadsheet dan laporan broker, bukan ingatan.

POIN KUNCI

- Pajak dan pencatatan penting kalau penghasilan trading signifikan — tapi detail teknis harus dari konsultan pajak, bukan buku ini.
- Tarif, batas PTKP, dan aturan pelaporan berubah — verifikasi di tahun saat kamu membaca.
- Pisahkan rekening, simpan laporan broker, catat setiap setor dan tarik.
- Modal trading maksimal 5–10% aset cair; untung bukan untuk konsumsi langsung.
- Konsultan pajak terdaftar adalah investasi, bukan biaya.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya menyimpan laporan broker bulanan
- ☐ Saya mencatat semua setor dan tarik
- ☐ Saya konsultasi konsultan pajak kalau penghasilan signifikan
- ☐ Saya melaporkan SPT tahunan tepat waktu
- ☐ Saya punya rekening terpisah untuk trading
- ☐ Modal trading saya $\leq 10\%$ aset cair
- ☐ Saya tahu batas PTKP terkini (cek ulang setiap tahun)

LATIHAN**Latihan 1 — Audit pencatatan.**

Apakah saya punya laporan broker 3 bulan terakhir? : Ya / Tidak
 Apakah saya catat setiap setor/tarik? : Ya / Tidak
 Apakah rekening trading terpisah? : Ya / Tidak
 Apakah saya tahu total untung/rugi tahun ini? : Ya / Tidak

Kalau ada "Tidak", mulai hari ini — bukan minggu depan.

Latihan 2 — Spreadsheet pencatatan. Buat spreadsheet dengan kolom: tanggal, jenis (setor/tarik), jumlah, broker, saldo bersih. Isi lima transaksi terakhir dari riwayat broker. Simpan di folder tetap.

Latihan 3 — Daftar pertanyaan untuk konsultan. Tulis lima pertanyaan dari daftar di bab ini, disesuaikan dengan profil penghasilanmu. Bawa saat konsultasi — jangan datang tanpa persiapan.

BAB 10.11

MEMBANGUN BEBERAPA SUMBER PENGHASILAN

Penghasilan dari trading tidak stabil bulan ke bulan. Bulan ini untung \$3.000, bulan depan drawdown dan untung nol — itu normal, bukan kegagalan. Masalahnya muncul kalau trading menjadi satu-satunya sumber penghasilan tanpa cadangan.

Rencana stabilitas 12 bulan (contoh kerangka)

Bulan 1–3: ukur, jangan ubah gaya hidup

Target trading	: konsisten ikuti sistem, bukan untung besar
Penghasilan utama	: tetap 100% dari gaji/usaha
Tabungan darurat	: tambah _____/bulan
Catatan wajib	: untung/rugi trading + biaya spread per bulan

Bulan 4–6: evaluasi data

Rata-rata untung bersih trading (3 bulan)	: \$ _____
Drawdown maksimum	: _____%
Apakah positif 2 dari 3 bulan?	: Ya / Tidak

Kalau tidak, perbaiki sistem — bukan cari pekerjaan sampingan trading.

Bulan 7–12: keputusan hati-hati

Hanya pertimbangkan mengurangi jam kerja utama jika:

- Untung bersih trading positif **6 bulan berturut**
- Tabungan darurat minimal 6 bulan biaya hidup
- Sistem punya backtest + forward test dokumentasi

Contoh angka: mengapa gaji + trading lebih tenang

Biaya hidup per bulan	: \$1.500
Gaji/usaha utama	: \$2.000/bulan (stabil)
Trading rata-rata	: \$800/bulan (tidak stabil, kadang \$0)

Skenario A — hanya trading:

Bulan buruk (3× drawdown) : \$0 → defisit \$1.500/bulan → stres, revenge trading

Skenario B — gaji + trading:

Bulan buruk trading	: \$2.000 gaji – \$1.500 biaya = +\$500 surplus
Bulan bagus trading	: \$2.000 + \$800 – \$1.500 = +\$1.300 surplus

Skenario B bukan karena trading lebih hebat — ada penyangga saat pasar tidak memberi.

Prosedur evaluasi bulan ke-6 (sebelum mengubah gaya hidup):

Untung bersih trading 6 bulan berturut positif?	: Ya / Tidak
Tabungan darurat (bulan biaya hidup)	: _____ bulan
Persentase biaya hidup tercover trading (rata-rata):	_____%
Drawdown maksimum 6 bulan	: _____%
Apakah gaji/usaha utama masih ada?	: Ya / Tidak

Empat "Ya" dan tabungan ≥ 6 bulan baru pertimbangkan mengurangi jam kerja utama — bukan resign total. Transisi paruh waktu selama 6–12 bulan lebih aman daripada loncatan sekaligus.

Sumber penghasilan yang menstabilkan (bukan jualan ke trader lain):

- Pekerjaan utama atau usaha yang sudah ada sebelum trading
- Tabungan darurat terpisah dari modal trading
- Investasi pasif di luar trading (obligasi, deposito) — bukan "sinyal" atau referral

Menjual sinyal atau mentoring trading ke publik bukan sumber penghasilan stabil; ia menambah risiko hukum (BAGIAN 10 Bab 9) dan konflik kepentingan dengan sistemmu.

Kenapa trading saja tidak cukup

Skenario A — hanya trading:

- Bulan 1: untung \$3.000. Hidup nyaman.
- Bulan 2: drawdown 15%. Penghasilan \$0.
- Bulan 3: drawdown lanjut. Stres bayar tagihan.

Skenario B — trading plus pekerjaan stabil:

- Bulan 1: trading \$2.000, gaji \$4.000 = \$6.000
- Bulan 2: trading \$0, gaji \$4.000 = \$4.000
- Bulan 3: trading \$1.500, gaji \$4.000 = \$5.500

Skenario B lebih tenang — bukan karena trading lebih bagus, tapi karena ada penghasilan di luar trading yang menutupi bulan-bulan buruk.

Apa yang menstabilkan, dan apa yang tidak

Menstabilkan:

- Pekerjaan tetap atau freelance di bidang di luar trading
- Usaha di luar trading (toko, jasa, produk digital non-trading)
- Tabungan darurat minimal enam bulan biaya hidup
- Investasi pasif jangka panjang (reksadana, obligasi) — setelah modal trading aman

Tidak menstabilkan:

- Menjual kursus, mentoring, atau sinyal trading ke orang lain — terutama kalau akun pribadimu sendiri belum konsisten
- Komisi afiliasi broker — kepentingan penjual berlawanan dengan kepentingan pembaca: semakin banyak orang trading (sering dengan ukuran berlebihan), semakin besar komisi yang diterima penjual
- Menjanjikan penghasilan dari trading ke orang lain

Menjual mimpi trading ke trader lain bukan diversifikasi — itu profesi berbeda dengan kepentingan yang bertentangan. Buku ini tidak menyarankan kamu melakukannya.

Membangun stabilitas bertahap

Tahun 1–2: fokus satu hal

- Konsisten untung di akun pribadi
- Bangun skill dan rekam jejak
- Pertahankan pekerjaan atau usaha utama

Tahun 3: evaluasi

- Apakah trading sudah cukup stabil untuk mengurangi jam kerja utama?
- Apakah tabungan darurat sudah enam bulan?
- Kalau belum, jangan berhenti kerja — perbaiki trading dulu

Tahun 4 ke atas: pertimbangan hati-hati

- Prop firm (BAGIAN 10 Bab 4) — kalau track record terbukti
- Mengurangi jam kerja utama — kalau untung trading konsisten 12 bulan
- Investasi pasif — kalau modal trading sudah aman

Jangan diversifikasi terlalu cepat. Banyak pemula langsung membuka kanal media, menjual sinyal, dan jadi mentor — padahal akun pribadi masih margin call berulang. Hasilnya: semua gagal.

POIN KUNCI

- Penghasilan trading tidak stabil bulan ke bulan — jangan jadikan satu-satunya sumber.
- Yang menstabilkan adalah pekerjaan atau usaha di luar trading, bukan menjual layanan trading ke orang lain.
- Komisi afiliasi broker dan penjualan sinyal punya kepentingan yang bertentangan dengan pembaca.
- Tabungan darurat enam bulan biaya hidup adalah prioritas sebelum mengembangkan sumber penghasilan lain.
- Diversifikasi terlalu cepat — sambil akun pribadi belum konsisten — hampir selalu gagal.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya punya penghasilan stabil di luar trading
- ☐ Saya punya tabungan darurat minimal enam bulan biaya hidup
- ☐ Saya tidak bergantung sepenuhnya pada untung trading untuk biaya hidup
- ☐ Saya tidak menjual sinyal, kursus, atau layanan trading ke orang lain
- ☐ Saya tidak mempromosikan broker demi komisi afiliasi
- ☐ Saya fokus konsisten di akun pribadi sebelum menambah sumber lain

LATIHAN**Latihan 1 — Peta penghasilan.**

Sumber 1 (pekerjaan/usaha utama) : \$_____/bulan – stabil? Ya / Tidak
 Sumber 2 (trading) : \$_____/bulan – stabil? Ya / Tidak
 Tabungan darurat (bulan hidup) : _____ bulan
 Total biaya hidup per bulan : \$_____

Kalau trading adalah satu-satunya sumber dan tabungan di bawah tiga bulan, itu risiko — bukan rencana.

Latihan 2 — Simulasi tiga bulan buruk.

Gaji/usaha utama (3 bulan) : \$_____
 Untung trading (3 bulan) : \$0 (asumsi drawdown)
 Total penghasilan : \$_____
 Cukup untuk biaya hidup? : Ya / Tidak

Kalau jawabannya tidak, prioritas bukan trading lebih agresif — prioritas menstabilkan sumber di luar trading atau menabung.

Latihan 3 — Keputusan diversifikasi. Tulis satu hal yang akan kamu lakukan dalam 30 hari untuk menstabilkan keuangan di luar trading (misalnya: menabung 10% gaji, mencari freelance, memperbesar tabungan darurat). Tulis hasil yang bisa diukur:

Tindakan : _____
 Target 30 hari: _____
 Cara cek : _____

BAGIAN 11

MENYUSUN SISTEMMU SENDIRI

3 BAB

BAB 11.1

BLUEPRINT SISTEM PRIBADI

Seluruh buku ini menuju satu keluaran: **satu dokumen, milikmu sendiri, yang berisi aturan trading-mu**. Bukan ringkasan buku ini. Aturanmu, dengan angka dari akunmu, brokermu, dan jadwalmu.

Alasannya bukan kerapian. Keputusan yang dibuat di depan grafik yang bergerak hampir selalu lebih buruk daripada keputusan yang sama yang dibuat sehari sebelumnya dalam keadaan tenang. Dokumen ini memindahkan keputusan dari saat pertama ke saat kedua. Itu seluruh fungsinya.

Bab ini memberi kerangkanya: sembilan bagian, semuanya harus terisi angka. Bagian yang isinya kalimat umum seperti "saya akan disiplin" dianggap kosong.

Aturan penulisan

Tiga syarat sebelum mulai, karena ketiganya menentukan apakah dokumen ini akan dipakai atau hanya ada.

Satu halaman. Kalau tidak muat satu halaman, ia tidak akan dibaca setiap hari. Yang tidak dibaca setiap hari tidak berpengaruh pada keputusan.

Setiap baris punya angka atau pilihan. Bandingkan:

Buruk : "Saya masuk kalau ada konfirmasi yang kuat."
 Baik : "Saya masuk kalau lilin H1 menutup di atas level yang sudah ditandai sebelum sesi, dan spread di bawah \$0,50."

Baris pertama tidak bisa dilanggar, karena tidak bisa diperiksa. Baris kedua bisa diperiksa oleh orang lain yang tidak tahu apa-apa tentang trading.

Satu setup dulu, bukan lima. Sistem dengan satu setup yang dijalankan konsisten mengalahkan sistem dengan lima setup yang dijalankan sesekali — dan dengan satu setup, 30 transaksi cukup untuk menilainya. Dengan lima, kamu butuh 150 transaksi sebelum tahu mana yang bekerja.

Sembilan bagian

1 — Batas modal dan risiko

Modal saya : \$ _____
 Risiko per transaksi : _____% = \$ _____
 Batas rugi harian : _____% = \$ _____
 Batas rugi mingguan : _____% = \$ _____
 Batas rugi bulanan → berhenti : _____% = \$ _____
 Maksimal posisi terbuka bersamaan : _____

Semua diisi dalam persen **dan** dolar. Angka persen dipahami; angka dolar dipatuhi.

2 — Jam dan hari

Jam trading saya (WIB) : _____ sampai _____
 Hari : _____
 Jam yang saya hindari : _____
 Aturan hari rilis besar : _____

Ambil dari bab tentang jam terbaik, tapi sesuaikan dengan waktu luangmu yang sebenarnya, bukan yang kamu harapkan.

3 — Satu setup, dengan syarat yang bisa diperiksa

Nama setup : _____
 Rentang waktu : _____
 Syarat 1 : _____
 Syarat 2 : _____
 Syarat 3 : _____
 Titik masuk : _____
 Yang membuat saya TIDAK masuk walau syarat terpenuhi:
 - _____
 - _____

Empat baris terakhir sama pentingnya dengan syarat masuknya. Sistem tanpa daftar pembatalan akan menemukan alasan untuk masuk di hampir setiap keadaan.

4 — Stop loss dan ukuran lot

Cara saya menentukan letak stop loss : _____
 Stop loss minimum : \$ _____
 Stop loss maksimum : \$ _____
 Rumus lot : $LOT = Risiko\$ \div (SL\$ \times 100)$
 Contoh hari ini : $\$ _____\div (\$ _____\times 100) = _____\rightarrow$ dibulatkan _____
 Kalau hasilnya di bawah 0,01 : TIDAK MASUK

Baris terakhir bukan tambahan. Ia satu-satunya jawaban yang benar, dan alasannya ada di tabel modal minimum di bab position sizing.

5 — Cara keluar

Take profit ditentukan dengan : _____
 Rasio minimum yang saya terima : 1 : _____
 Kapan saya memindahkan SL ke titik masuk : _____
 Kapan saya menutup sebagian : _____
 Kapan saya keluar lebih awal : _____

Baris terakhir yang paling sering kosong dan paling sering dipakai. Kalau tidak ditulis sekarang, ia akan diputuskan saat posisi merugi — waktu terburuk untuk memutuskan apa pun.

6 — Aturan yang dipicu angka

Setelah rugi : tunggu ____ menit
 Setelah ____ kerugian berurutan : hari ini selesai
 Setelah menyentuh batas harian : platform ditutup sampai besok
 Tidur kurang dari ____ jam : tidak trading
 Ukuran lot diubah hanya : sebelum sesi, tidak di tengah sesi

Diambil dari bab tentang revenge trading. Tidak satu pun boleh berbunyi "kalau saya merasa", karena penilaian itu tidak tersedia saat dibutuhkan.

7 — Pencatatan

Yang saya catat sebelum masuk : _____
 Yang saya catat setelah keluar : _____
 Kapan saya meninjau : _____
 Berapa transaksi sebelum menyimpulkan : _____

Baris terakhir minimal 30, dan alasannya ada di bab tentang mengukur performa sistem: di bawah itu, hasil apa pun masih bisa muncul dari kebetulan.

8 — Kapan naik, kapan turun

Syarat menaikkan risiko : ____ transaksi tercatat, dan _____
 Kenaikannya : dari ____% ke ____%
 Syarat menurunkan : drawdown ____% atau ____ kerugian berurutan
 Penurunannya : ke ____%

Bab tentang kapan menaikkan lot memberi tahapannya. Yang penting di sini: syarat turunnya ditulis di dokumen yang sama, karena ia yang akan dibutuhkan lebih dulu.

9 — Kapan berhenti

Saya berhenti sementara kalau : _____
 Saya berhenti total kalau : _____
 Uang yang boleh saya pakai : \$ _____
 Uang yang TIDAK boleh dipakai : _____

Bagian ini paling tidak nyaman ditulis dan paling penting ada. Menuliskannya sekarang jauh lebih mudah daripada memutuskannya nanti, dan bab tentang pemulihan setelah akun habis menjelaskan kenapa.

Cara mengujinya sebelum dipakai

Dokumen ini belum berlaku sampai lulus dua pemeriksaan.

Pemeriksaan pertama — bisa dibaca orang lain. Berikan ke orang yang tidak tahu trading, dan minta ia menandai setiap baris yang tidak bisa ia periksa benar atau salahnya. Setiap baris yang ditandai harus ditulis ulang dengan angka. Kalau tidak ada orang yang bisa dimintai, baca sendiri

sambil bertanya di setiap baris: "kalau saya melanggar ini, apakah pelanggarannya akan terlihat di riwayat transaksi?" Yang jawabannya tidak, tulis ulang.

Pemeriksaan kedua — 30 transaksi demo. Jalankan di demo, dengan saldo sama dengan modal sesungguhnya. Syarat lulusnya kepatuhan, bukan keuntungan:

30 transaksi, seluruhnya:

- ada nama setup-nya
- ukuran lot dihitung dengan rumus, tertulis
- stop loss terpasang sejak awal
- aturan bagian 6 dijalankan tanpa kecuali
- tercatat sebelum masuk, bukan sesudah

Kalau satu transaksi melanggar, hitungannya mulai dari nol. Ini terasa keras, dan alasannya: yang sedang diuji bukan sistemnya, tapi apakah kamu menjalankan sistem di bawah tekanan. Satu pelanggaran dari tiga puluh sudah cukup untuk menjawab pertanyaan itu.

Setelah dokumen ini ada

Dokumen ini bukan hasil akhir; ia versi pertama. Yang mengubahnya adalah data, dengan dua batasan:

- **Diubah di luar jam sesi.** Perubahan yang dibuat saat posisi terbuka bukan perbaikan sistem.
- **Diubah setelah minimal 30 transaksi baru,** dan satu perubahan per peninjauan. Dua perubahan sekaligus membuatmu tidak bisa tahu mana yang berpengaruh.

Bab tentang roadmap memberi jadwal peninjauannya, dan bab tentang evaluasi diri memberi cara menilai apakah versi barunya lebih baik.

Satu hal terakhir. Kalau setelah membaca seluruh buku ini kamu hanya mengerjakan satu hal, kerjakan bab ini. Pengetahuan di bagian-bagian sebelumnya tidak mengubah apa pun sampai ia berubah menjadi sembilan bagian di atas, terisi angka, di satu halaman yang kamu baca sebelum sesi dimulai.

POIN KUNCI

- Keluaran seluruh buku ini satu dokumen aturan milikmu sendiri, dengan angka dari akunmu, brokermu, dan jadwalmu.
- Fungsinya memindahkan keputusan dari depan grafik yang bergerak ke saat tenang sehari sebelumnya.
- Tiga syarat: satu halaman, setiap baris punya angka atau pilihan, satu setup dulu.
- Baris yang tidak bisa diperiksa benar-salahnya dianggap kosong.
- Sembilan bagian: batas risiko, jam dan hari, satu setup, stop loss dan lot, cara keluar, aturan yang dipicu angka, pencatatan, kapan naik dan turun, kapan berhenti.
- Daftar pembatalan sama pentingnya dengan syarat masuk.
- "Kapan keluar lebih awal" harus ditulis sekarang, karena kalau tidak ia diputuskan saat posisi merugi.
- Uji dengan dua pemeriksaan: bisa diperiksa orang lain, dan 30 transaksi demo yang patuh. Satu pelanggaran, hitung dari nol.
- Perubahan hanya di luar sesi, setelah 30 transaksi baru, satu per peninjauan.

CHECKLIST BAB

- ☐ Dokumen saya muat satu halaman
- ☐ Sembilan bagian terisi seluruhnya
- ☐ Setiap baris punya angka atau pilihan, tidak ada kalimat umum
- ☐ Hanya ada satu setup
- ☐ Ada daftar hal yang membatalkan masuk
- ☐ Bagian "kapan berhenti" sudah terisi
- ☐ Sudah dibaca orang lain atau lolos uji "terlihat di riwayat transaksi"
- ☐ Sudah lulus 30 transaksi demo tanpa pelanggaran
- ☐ Saya membacanya sebelum sesi dimulai, bukan disimpan saja

LATIHAN

Latihan 1 — Tulis versi pertama hari ini. Isi sembilan bagian, walau ada yang masih ragu. Bagian yang belum bisa kamu isi tandai dengan nomor bab yang harus kamu baca ulang, lalu baca dan isi. Jangan menunggu sampai yakin; versi pertama yang ada lebih berguna daripada versi sempurna yang belum ditulis.

Latihan 2 — Uji keterbacaan. Serahkan ke satu orang dan minta ia menandai baris yang tidak bisa ia periksa. Catat:

Jumlah baris seluruhnya : _____
Jumlah baris yang ditandai : _____
Baris yang paling sering ragu : _____

Baris terakhir biasanya bagian setup, dan biasanya karena syaratnya belum benar-benar kamu tentukan.

Latihan 3 — Tempel dan pakai. Cetak dokumennya. Letakkan di tempat yang kamu lihat sebelum membuka platform. Selama 10 hari perdagangan, beri tanda centang di sudut setiap kali kamu membacanya sebelum sesi.

Hari yang tercentang: ____ dari 10

Kalau angkanya di bawah 8, masalahnya bukan isi dokumennya — dokumen yang tidak dibaca tidak bisa dilanggar maupun dipatuhi. Perbaiki dulu itu sebelum memperbaiki apa pun yang lain.

BAB 11.2

ROADMAP 30, 90, 180, DAN 365 HARI

Belajar trading emas bukan sprint. Tapi urutan kerjanya bisa dibuat jelas: fondasi dulu, konsistensi berikutnya, perbaikan sistem, baru pertimbangan naik level. Bab ini satu peta untuk empat fase itu — bukan empat rencana terpisah yang saling bertentangan.

Asumsinya: kamu sudah membaca BAGIAN 0–10 dan punya draf blueprint dari BAGIAN 11 Bab 1. Roadmap ini mengisi **kapan** mengerjakan apa, bukan menggantikan isi bab lain.

Aturan yang berlaku sepanjang tahun pertama

Sebelum fase-fase di bawah, empat batas ini tidak berubah sampai kamu menyelesaikan 365 hari dengan catatan lengkap:

- Risiko maksimal **2%** per transaksi, dihitung dengan rumus BAGIAN 3 Bab 3
- Di akun nyata: lot **0.01** sampai fase 3 selesai, kecuali modal dan SL-mu membutuhkan lebih kecil
- Batas rugi harian **4%** — tersentuh = platform ditutup hari itu (BAGIAN 4 Bab 3)
- **Jurnal** setiap transaksi, sebelum dan sesudah — tanpa pengecualian (BAGIAN 9 Bab 6)

Fase 1 — Hari 1–30: fondasi dan demo

Tujuan: Pahami platform, baca chart tanpa FOMO, dan mulai transaksi demo dengan aturan risiko.

Minggu 1 — Baca dan pasang platform

- ☐ Baca ulang BAGIAN 0 dan BAGIAN 1
- ☐ Buka akun demo, pasang MetaTrader 4 atau 5
- ☐ Pelajari interface: buka posisi, pasang SL dan TP, tutup posisi

Minggu 2 — Baca chart

- ☐ Baca BAGIAN 2 Bab 1–3 (struktur, trend, support/resistance)
- ☐ Gambar level di XAUUSD H4 untuk lima hari terakhir
- ☐ Tonton chart **tanpa entry** — latih mata membaca pergerakan

Minggu 3 — Risiko dan catatan

- ☐ Baca BAGIAN 3 Bab 1–3 (pilar risiko, batas berlapis, rumus lot)
- ☐ Hitung lot untuk tiga skenario modal dan SL-mu sendiri
- ☐ Siapkan templat jurnal dari BAGIAN 9 Bab 6

Minggu 4 — Demo dengan aturan

- ☐ Entry di demo saja, lot 0.01, SL wajib terpasang

- ☐ Maksimal dua transaksi per hari
- ☐ Isi jurnal setiap transaksi
- ☐ Target: lima sampai sepuluh transaksi demo, bukan untung

Penutup fase 1: Evaluasi apakah kamu bisa mengikuti aturan empat minggu tanpa pelanggaran. Kalau belum, ulang fase 1 di demo — jangan pindah ke akun nyata.

Fase 2 — Hari 31–90: satu setup, satu disiplin

Tujuan: Satu setup yang dijalankan berulang sampai datanya cukup untuk dinilai.

Bulan 2 (hari 31–60) — Kunci setup

- ☐ Pilih **satu** setup dari BAGIAN 2 Bab 9 atau BAGIAN 11 Bab 1
- ☐ Tulis syarat masuk dan daftar pembatalan di blueprint (BAGIAN 11 Bab 1)
- ☐ Backtest minimal 30 contoh historis (BAGIAN 9 Bab 3)
- ☐ Forward test di demo: target 20 transaksi setup itu saja

Bulan 3 (hari 61–90) — Disiplin eksekusi

- ☐ Ikuti blueprint 100% — kalau ragu, tidak masuk
- ☐ Lacak persentase kepatuhan, bukan saldo akun (BAGIAN 9 Bab 5)
- ☐ Hadapi minimal satu rangkaian rugi tanpa revenge (BAGIAN 8 Bab 3)
- ☐ Tinjauan akhir fase: hitung expectancy dan drawdown maksimum

Syarat lulus fase 2:

Metrik	Target minimum
Transaksi tercatat setup yang sama	≥ 30
Kepatuhan rencana	$\geq 85\%$
Drawdown maksimum	$\leq 15\%$
Pelanggaran batas harian	0

Empat dari empat terpenuhi — lanjut fase 3. Kalau tidak, perpanjang demo satu bulan lagi tanpa menaikkan lot.

Fase 3 — Hari 91–180: sesi, berita, perbaikan sistem

Tujuan: Menyesuaikan sistem dengan waktu trading nyata dan peristiwa pasar yang tidak bisa dihindari.

Bulan 4 (hari 91–120) — Waktu dan sesi

- ☐ Baca BAGIAN 5 Bab 4–6 (overlap, jam terbaik, pasar mati)
- ☐ Tentukan jam trading WIB-mu di blueprint — sesuaikan dengan hidup, bukan ideal di buku
- ☐ Coba setup utama di sesi yang kamu pilih (BAGIAN 5 Bab 7)
- ☐ Catat performa per sesi di jurnal

Bulan 5 (hari 121–150) — Berita dan volatilitas

- ☐ Baca BAGIAN 6 Bab 1 dan BAGIAN 6 Bab 6 (dampak berita, strategi aman)
- ☐ Tentukan aturan hari rilis NFP, CPI, FOMC di blueprint
- ☐ Amati minimal tiga rilis data tanpa entry — catat spread dan pergerakan
- ☐ Perbarui daftar pembatalan setup jika spread melebar

Bulan 6 (hari 151–180) — Tinjauan besar

- ☐ Hitung statistik 90 hari: persentase transaksi untung, rasio RR, expectancy
- ☐ Tulis blueprint versi 2 — satu perubahan saja (BAGIAN 11 Bab 1)
- ☐ Kalau akun nyata sudah dipakai: evaluasi apakah lot masih 0.01 atau sudah layak naik sesuai BAGIAN 3 Bab 13

Penutup fase 3: Kamu punya sistem yang diuji di demo dan disesuaikan dengan jadwal hidupmu, bukan jadwal ideal di buku.

Fase 4 — Hari 181–365: konsolidasi dan naik level

Tujuan: Menjalankan sistem stabil, meninjau secara berkala, dan memutuskan apakah topik lanjutan di BAGIAN 10 relevan untukmu.

Kuartal 3 (hari 181–270) — Jalankan dan ukur

- ☐ Minimal 40 transaksi lagi dengan setup yang sama
- ☐ Tinjauan mingguan dan bulanan rutin (BAGIAN 9 Bab 9)
- ☐ Penarikan pertama kalau akun nyata sudah untung konsisten (BAGIAN 3 Bab 6)
- ☐ Psikologi: tinjau BAGIAN 8 Bab 4–7 jika overconfidence atau takut muncul

Kuartal 4 (hari 271–365) — Keputusan lanjutan

- ☐ Tinjauan tahunan: saldo, drawdown, kepatuhan, dampak ke hidup (BAGIAN 11 Bab 3)
- ☐ Putuskan salah satu, tulis di blueprint:
 - **A:** Konsolidasi — pertahankan risiko, fokus emas saja
 - **B:** Naik level — baca BAGIAN 10 (prop firm, semi-otomatis, pajak) kalau syarat di blueprint terpenuhi
- ☐ Set target 12 bulan berikutnya: proses, bukan angka untung

Yang sengaja tidak ada di roadmap ini: menambah pair baru, menaikkan lot agresif, atau mengikuti sinyal grup. Ketiganya menunggu sampai fase 2 dan 3 benar-benar lulus — biasanya tidak sebelum hari 180.

Yang harus dihindari sepanjang perjalanan

- Robot atau Expert Advisor yang menjanjikan untung pasti (BAGIAN 10 Bab 3)
- Grup sinyal berbayar yang tidak bisa diverifikasi
- Menaikkan lot karena "sedang hot" tanpa syarat di blueprint
- Mengganti setup setiap minggu karena satu minggu rugi

POIN KUNCI

- Satu roadmap, empat fase: fondasi (30 hari), disiplin setup (90 hari), sesi dan berita (180 hari), konsolidasi (365 hari).
- Aturan dasar — risiko 2%, batas harian 4%, jurnal wajib — tidak berubah sepanjang tahun pertama.
- Fase 2 selesai kalau 30 transaksi, kepatuhan $\geq 85\%$, dan nol pelanggaran batas harian — bukan kalau akun untung.
- Akun nyata kecil (\$50–\$100) baru masuk setelah fase 1 lulus; lot 0.01 sampai fase 3 dievaluasi.
- Fase 4 adalah keputusan: konsolidasi di emas, atau lanjut ke BAGIAN 10 — bukan otomatis naik level.

CHECKLIST BAB

- ☐ Saya tahu fase mana yang sedang saya jalani (1–4)
- ☐ Empat aturan dasar tahun pertama sudah tertulis di blueprint
- ☐ Minggu ini saya punya daftar tugas spesifik dari fase saya
- ☐ Saya tidak melompat fase hanya karena ingin cepat untung
- ☐ Syarat lulus fase 2 saya pahami sebelum buka akun nyata
- ☐ Aturan hari rilis data sudah masuk blueprint sebelum fase 3
- ☐ Saya punya tanggal tinjauan 90 hari dan 180 hari

LATIHAN

Latihan 1 — Tentukan posisimu hari ini. Isi:

Tanggal mulai belajar : _____
 Hari ke- : _____ → Fase _____
 Tugas fase ini (3 item) :
 1. _____
 2. _____
 3. _____
 Syarat lulus fase berikut : _____

Kalau kamu belum mulai, hari ke-1 = fase 1 minggu 1.

Latihan 2 — Kalender 90 hari. Dari hari ini, tandai tiga tanggal:

Akhir fase 1 (hari 30) : _____
 Akhir fase 2 (hari 90) : _____
 Tinjauan besar (hari 180): _____

Tempel di tempat yang terlihat. Roadmap hanya berguna kalau tanggalnya konkret.

Latihan 3 — Cek kesiapan akun nyata. Kalau kamu sedang di akhir fase 1, jawab jujur:

Transaksi demo dengan SL sejak awal : _____ (target ≥ 5)
 Pelanggaran batas harian 4% : _____ (target 0)
 Jurnal terisi per transaksi : Ya / Tidak
 Blueprint sembilan bagian sudah ada : Ya / Tidak
 Siap akun nyata minggu depan : Ya / Tidak — alasan: _____

Kalau jawaban terakhir "tidak", itu bukan kegagalan — itu fase 1 yang belum selesai.

BAB 11.3

EVALUASI DIRI DAN CHECKLIST BERTAHAN BERSKOR

Penutup buku ini bukan ringkasan materi. Ia alat untuk menanyakan hal yang sulit: apakah kamu benar-benar menjalankan apa yang sudah dibaca, dan apakah trading membuat hidupmu lebih baik — bukan hanya saldo akun.

Satu sistem penilaian dipakai di semua tinjauan: **checklist 30 poin**. Satu centang = satu poin. Total dibagi 30. Tidak ada skala lain yang dihitung terpisah.

Tiga ritme tinjauan

Ritme	Waktu	Isi	Hasil
Mingguan	10 menit, akhir pekan	Lima pertanyaan singkat	Catatan, bukan skor
Bulanan	30 menit, akhir bulan	Checklist 30 poin penuh	Skor /30 + satu perbaikan
Tahunan	setengah hari, sendirian	Skor /30 + audit hidup	Keputusan lanjut atau berhenti

Tinjauan triwulan (setiap 90 hari) = checklist bulanan **plus** refleksi mendalam di bawah. Skor tetap /30; bagian refleksi tidak menambah poin.

Mingguan — lima pertanyaan

Jawab di jurnal setiap akhir pekan. Tidak dinilai, tapi kalau diabaikan tiga minggu berturut, tinjauan bulanan kehilangan bahan.

1. Apakah saya lebih disiplin atau lebih labil dibanding minggu lalu?
2. Berapa kali saya melanggar aturan tertulis minggu ini?
3. Apakah jurnal terisi untuk setiap transaksi?
4. Apakah saya hanya masuk setup yang sudah ditetapkan, atau slip ke setup asal?
5. Apakah trading minggu ini mengganggu tidur, pekerjaan, atau keluarga?

Tabel tafsir skor

Satu tabel ini dipakai setiap bulan, triwulan, dan tahunan. Tidak ada interpretasi lain.

Skor	Tafsir	Tindakan
0–10	Bahaya	Stop akun nyata. Demo minimal 30 hari. Baca ulang BAGIAN 1–4
11–20	Pemula	Tetap trading dengan rencana ketat. Perbaiki 3 item paling rendah
21–25	Serius	Fondasi survival ada. Pertahankan, lanjutkan BAGIAN 9–11
26–30	Matang	Siap pertimbangkan topik BAGIAN 10. Tetap rendah hati

Skor di bawah 15 dua bulan berturut = wajib stop akun nyata sampai skor bulan berikutnya minimal 18.

Refleksi triwulan — setiap 90 hari

Sediakan 2–3 jam tanpa gangguan. Isi checklist 30 poin dulu, hitung skor, baru jawab tiga blok ini:

Siapa saya sebagai trader tiga bulan terakhir?

Tiga kata yang menggambarkan saya : _____
 Yang saya banggakan : _____
 Yang saya malu : _____
 Skor bulan ini : _____ / 30

Dampak trading ke hidup (bukan hanya akun):

Hubungan keluarga : lebih baik / sama / lebih buruk
 Pekerjaan utama : lebih baik / sama / lebih buruk
 Kesehatan fisik : lebih baik / sama / lebih buruk
 Kesehatan mental : lebih baik / sama / lebih buruk

Tiga perubahan untuk 90 hari berikutnya:

Saya berhenti melakukan :
 1. _____
 2. _____
 3. _____
 Saya mulai melakukan :
 1. _____
 2. _____
 3. _____

Tinjauan tahunan — setengah hari

Sekali setahun, gabungkan angka dan refleksi:

Angka (dari jurnal):

Total transaksi tahun ini : _____
 Persentase transaksi untung : _____ %
 Drawdown maksimum : _____ %
 Saldo awal → akhir : \$ _____ → \$ _____
 Skor checklist terakhir : _____ / 30

Pertanyaan penutup:

1. Apakah trading menambah atau mengurangi kualitas hidup saya tahun ini?
2. Apakah ekspektasi saya realistis untuk modal dan waktu yang saya miliki?
3. Lanjut dengan kondisi sama, ubah sesuatu, atau berhenti?

Keputusan "berhenti trading" bukan kegagalan. Yang gagal adalah terus trading meskipun jelas merusak hidup dan skor terus di bawah 15.

POIN KUNCI

- Satu skala saja: checklist 30 poin, satu centang = satu poin, total /30.
- Satu tabel tafsir: 0–10 bahaya, 11–20 pemula, 21–25 serius, 26–30 matang.
- Mingguan = lima pertanyaan tanpa skor. Bulanan = checklist penuh. Triwulan = checklist + refleksi hidup. Tahunan = angka + keputusan lanjut atau berhenti.
- Centang hanya untuk kebiasaan **konsisten** sepanjang bulan, bukan sekali uji.
- Skor di bawah 15 dua bulan berturut = stop akun nyata wajib.
- Indikator sukses sejati: apakah trading membuat hidup lebih baik, bukan hanya saldo naik.

CHECKLIST BAB

- ☐ Centang hanya jika kamu **konsisten** melakukannya sepanjang bulan — bukan sekali
- ☐ atau dua kali.
- ☐ **A. Pengetahuan dasar (6 poin)**
- ☐ Saya paham statistik trader ritel (sebagian besar tidak bertahan lima tahun)
- ☐ Saya tahu lima penyebab akun habis dan mana yang paling sering saya lakukan
- ☐ (BAGIAN 4 Bab 1)
- ☐ Saya hafal rumus lot XAUUSD: $LOT = Risiko\$ \div (SL\$ \times 100)$
- ☐ Saya paham matematika kebangkrutan — rangkaian rugi bisa habiskan akun
- ☐ (BAGIAN 4 Bab 2)
- ☐ Saya tahu bahaya overlot dan tanda-tandanya
- ☐ Saya punya ekspektasi realistis untuk modal saya (BAGIAN 4 Bab 4)
- ☐ **B. Manajemen risiko (8 poin)**
- ☐ Saya hitung risiko per transaksi dengan rumus, bukan perkiraan
- ☐ Saya tidak pernah risiko lebih dari 2% per transaksi
- ☐ Saya punya batas rugi harian tertulis (4%) dan mematuhi
- ☐ Saya punya batas rugi mingguan tertulis (8%)
- ☐ Saya punya batas rugi bulanan tertulis (12–15%)
- ☐ Saya selalu pasang stop loss sejak entry
- ☐ Saya tidak averaging saat rugi
- ☐ Saya tidak melepas stop loss supaya posisi tidak kena
- ☐ **C. Psikologi dan disiplin (7 poin)**
- ☐ Saya berhenti trading setelah dua stop rugi berturut-turut (BAGIAN 8 Bab 3)
- ☐ Saya tidak revenge trading — sudah terbukti di catatan
- ☐ Saya tidak masuk saat marah, lelah, atau stres
- ☐ Saya tidak FOMO masuk karena takut ketinggalan
- ☐ Saya tidak menutup posisi untung secara panik
- ☐ Saya tidak mengawasi chart terus setelah entry
- ☐ Saya bisa tidur nyenyak dengan posisi terbuka yang sesuai rencana
- ☐ **D. Sistem dan rencana (5 poin)**
- ☐ Saya punya blueprint tertulis (BAGIAN 11 Bab 1)
- ☐ Blueprint saya terlihat sebelum sesi — bukan tersimpan di folder
- ☐ Saya baca blueprint sebelum setiap sesi trading
- ☐ Saya pakai satu atau dua setup saja, tidak gonta-ganti
- ☐ Saya hanya masuk setup yang syaratnya sudah ditulis — lewati yang ragu

- ☐ E. Jurnal dan tinjauan (4 poin)
- ☐ Saya isi jurnal setiap transaksi (sebelum dan sesudah)
- ☐ Saya tinjau transaksi mingguan
- ☐ Saya hitung statistik bulanan (persentase untung, RR, expectancy)
- ☐ Saya ubah rencana berdasarkan data, bukan emosi sesi terakhir
- ☐ Total centang saya bulan ini : _____ / 30
- ☐ Saya punya jadwal tinjauan mingguan
- ☐ Saya isi checklist 30 poin setiap akhir bulan
- ☐ Saya tahu skor saya bulan ini dan tafsirnya
- ☐ Saya tahu tiga item checklist paling lemah saya
- ☐ Saya punya tanggal tinjauan triwulan berikutnya
- ☐ Saya punya tanggal tinjauan tahunan
- ☐ Saya jujur soal dampak trading ke hidup di luar akun

LATIHAN

Latihan 1 — Skor bulan ini. Isi checklist 30 poin di atas dengan jujur. Hitung:

Total centang : _____ / 30
 Tafsir : _____
 Satu perbaikan bulan depan (item nomor): _____

Kalau skor di bawah 15, tulis juga tanggal stop akun nyata dan tanggal evaluasi ulang.

Latihan 2 — Tinjauan mingguan pertama. Jawab lima pertanyaan mingguan untuk minggu lalu. Simpan di jurnal:

Disiplin vs minggu sebelumnya : _____
 Pelanggaran aturan : _____ kali
 Jurnal lengkap : Ya / Tidak
 Slip ke setup asal : Ya / Tidak
 Gangguan ke hidup : Ya / Tidak — detail: _____

Latihan 3 — Keputusan satu halaman. Setelah Latihan 1, tulis satu halaman (bukan lebih) yang menjawab: "Apakah saya akan lanjut trading emas 90 hari ke depan, dan dengan syarat apa?" Syaratnya harus bisa diperiksa — angka, bukan "saya akan lebih disiplin". Tanda tangani dan tanggalkan.

LAMPIRAN

Toolkit cetak dan glosarium

12 LEMBAR

Sebelas lembar kerja untuk dicetak, lalu glosarium. Lembar-lembar ini bukan bacaan. Isinya kolom kosong yang harus kamu isi dengan angka akunmu sendiri, dan daftar periksa yang dibaca sebelum menekan tombol, bukan sesudah.

Cetak L1 sampai L4 dan taruh di dekat layar. Cetak L5 dan L6 dua kali: satu untuk ditempel, satu untuk dicoret-coret.

L1

TABEL UKURAN POSISI

Semua angka di tabel ini dibangkitkan dari satu rumus, bukan diketik satu per satu:

$$\text{LOT} = \text{risiko dalam dolar} \div (\text{jarak SL dalam dolar} \times 100)$$

Tanda — berarti tidak bisa: hasilnya di bawah 0.01 lot, ukuran terkecil yang bisa dibuka. Itu bukan kekurangan tabel, itu jawaban. Modalnya belum cukup untuk jarak SL sebesar itu pada risiko sebesar itu.

Nilai satu pergerakan harga

Harga bergerak	0.01 lot	0.05 lot	0.10 lot	0.50 lot	1.00 lot
\$0,10	\$0,10	\$0,50	\$1	\$5	\$10
\$0,50	\$0,50	\$2,50	\$5	\$25	\$50
\$1,00	\$1	\$5	\$10	\$50	\$100
\$5,00	\$5	\$25	\$50	\$250	\$500
\$10,00	\$10	\$50	\$100	\$500	\$1.000

Ukuran posisi pada risiko 0,5% per transaksi

Modal	SL \$1,00	SL \$1,50	SL \$2,00	SL \$3,00	SL \$5,00	SL \$8,00	SL \$12,00	SL \$20,00
\$50	—	—	—	—	—	—	—	—
\$100	—	—	—	—	—	—	—	—
\$200	0.01	—	—	—	—	—	—	—
\$500	0.02	0.01	0.01	—	—	—	—	—
\$1.000	0.05	0.03	0.02	0.01	0.01	—	—	—
\$2.000	0.10	0.06	0.05	0.03	0.02	0.01	—	—
\$5.000	0.25	0.16	0.12	0.08	0.05	0.03	0.02	0.01
\$10.000	0.50	0.33	0.25	0.16	0.10	0.06	0.04	0.02

Ukuran posisi pada risiko 1% per transaksi

Modal	SL \$1,00	SL \$1,50	SL \$2,00	SL \$3,00	SL \$5,00	SL \$8,00	SL \$12,00	SL \$20,00
\$50	—	—	—	—	—	—	—	—
\$100	0.01	—	—	—	—	—	—	—
\$200	0.02	0.01	0.01	—	—	—	—	—
\$500	0.05	0.03	0.02	0.01	0.01	—	—	—
\$1.000	0.10	0.06	0.05	0.03	0.02	0.01	—	—

\$2.000	0.20	0.13	0.10	0.06	0.04	0.02	0.01	0.01
\$5.000	0.50	0.33	0.25	0.16	0.10	0.06	0.04	0.02
\$10.000	1.00	0.66	0.50	0.33	0.20	0.12	0.08	0.05

Ukuran posisi pada risiko 2% per transaksi — batas maksimum keras

Modal	SL \$1,00	SL \$1,50	SL \$2,00	SL \$3,00	SL \$5,00	SL \$8,00	SL \$12,00	SL \$20,00
\$50	0.01	—	—	—	—	—	—	—
\$100	0.02	0.01	0.01	—	—	—	—	—
\$200	0.04	0.02	0.02	0.01	—	—	—	—
\$500	0.10	0.06	0.05	0.03	0.02	0.01	—	—
\$1.000	0.20	0.13	0.10	0.06	0.04	0.02	0.01	0.01
\$2.000	0.40	0.26	0.20	0.13	0.08	0.05	0.03	0.02
\$5.000	1.00	0.66	0.50	0.33	0.20	0.12	0.08	0.05
\$10.000	2.00	1.33	1.00	0.66	0.40	0.25	0.16	0.10

Modal minimum yang jujur

Berapa modal yang dibutuhkan supaya 0.01 lot — ukuran terkecil — masih masuk batas risiko. Di bawah angka ini, satu transaksi memakan lebih dari batasmu.

Jarak SL	Risiko di 0.01 lot	Modal min. (risiko 2%)	Modal min. (risiko 1%)
\$1,00	\$1	\$50	\$100
\$1,50	\$1,50	\$75	\$150
\$2,00	\$2	\$100	\$200
\$3,00	\$3	\$150	\$300
\$5,00	\$5	\$250	\$500
\$8,00	\$8	\$400	\$800
\$12,00	\$12	\$600	\$1.200
\$20,00	\$20	\$1.000	\$2.000

Gaya trading	Jarak SL wajar	Risiko di 0.01 lot	Modal min. (risiko 2%)
Scalping (M1–M5)	\$1,00 – \$3,00	\$1 – \$3	\$50 – \$150
Intraday (M15–H1)	\$3,00 – \$8,00	\$3 – \$8	\$150 – \$400
Swing (H4–D1)	\$10,00 – \$25,00	\$10 – \$25	\$500 – \$1.250

L2

PELACAK RISIKO DAN BATAS BERLAPIS

Isi kolom paling kanan sekali, di awal periode, sebelum transaksi pertama. Setelah angkanya tertulis, ia bukan pendapat lagi.

LEMBAR BATAS RISIKO		Periode: _____
Saldo awal bulan	:	\$ _____
Saldo awal minggu	:	\$ _____
Saldo awal hari	:	\$ _____
Risiko per transaksi (maks. 2%)	:	\$ _____
Batas rugi harian (4%)	:	\$ _____
Batas rugi mingguan (8%)	:	\$ _____
Batas rugi bulanan (15%)	:	\$ _____
Jumlah posisi terbuka maksimum	:	_____ posisi
Total risiko semua posisi maksimum	:	\$ _____

Pelacak harian. Satu baris per hari. Kolom sisa batas dihitung, bukan dikira.

Tanggal	Saldo awal	Batas rugi hari ini	Hasil hari	Sisa batas mingguan	Berhenti?

Kolom **Berhenti?** hanya punya dua isi: "tidak" atau "ya — sisa hari ini tutup platform". Tidak ada isi ketiga. Aturannya ada di BAGIAN 4 Bab 3.

L3

TEMPLAT JURNAL TRANSAKSI

Sama persis dengan templat di BAGIAN 9 Bab 6. Satu templat untuk seluruh buku, supaya analisis di BAGIAN 9 Bab 8 dan tinjauan di BAGIAN 9 Bab 9 membaca kolom yang sama. Diisi maksimum 5–7 menit setelah posisi tutup, sebelum ingatannya berubah.

TRANSAKSI # _____	Tanggal: _____
Sesi	: Asia / London / Overlap / New York
Setup	: _____ (nama setup di sistemmu)
Arah	: buy / sell
Harga masuk	: \$ _____
SL (dolar dari entry):	\$ _____
TP (dolar dari entry):	\$ _____
Lot	: _____
Risiko rencana	: \$ _____ (lot × 100 × jarak SL)
Hasil (dolar)	: \$ _____
Hasil (R)	: _____ (hasil \$ ÷ risiko rencana)
Alasan masuk	: _____
Catatan pelanggaran	: _____

Kolom **catatan pelanggaran** dikosongkan hanya kalau kamu benar-benar patuh penuh. "Geser SL", "lot dua kali", "masuk tanpa konfirmasi" ditulis apa adanya. Kolom ini yang nanti membedakan sistem yang rusak dari operator yang tidak patuh.

L4

PELACAK EMOSI

Pelengkap L3, bukan penggantinya. Diisi di baris yang sama dengan nomor transaksi. Cara memakainya ada di BAGIAN 9 Bab 7.

#	Jam tidur	Jeda sejak transaksi terakhir	Keadaan sebelum masuk	Alasan keluar	Lot sesuai rencana?

Isi kolom **keadaan sebelum masuk** dengan satu kata saja: tenang, terburu, kesal, percaya diri, ragu, bosan. Kolom **alasan keluar**: kena TP, kena SL, ditutup manual karena rencana, ditutup manual karena tidak tahan melihat.

Setelah 30 baris, kelompokkan dan jumlahkan. Yang dicari bukan perasaannya, tapi selisih hasil antar kelompok — misalnya rata-rata hasil saat tidur cukup dibanding saat kurang tidur.

L5

CHECKLIST SEBELUM MASUK POSISI

Dibaca sebelum mengklik, bukan sesudah. Satu jawaban "tidak" berarti tidak masuk.

- ☐ Setup ini punya nama, dan namanya ada di sistem tertulisku
- ☐ Arah di rentang waktu yang lebih besar tidak bertentangan dengan arah masuk
- ☐ Jarak SL sudah ditentukan dari struktur harga, bukan dari jumlah dolar yang aku rela hilang
- ☐ Lot sudah dihitung dengan rumus, dan angkanya cocok dengan tabel L1
- ☐ Risiko transaksi ini ditambah risiko posisi yang sudah terbuka masih di bawah batas L2
- ☐ Tidak ada rilis data penting dalam 60 menit ke depan
- ☐ Spread saat ini masih wajar, bukan sedang melebar
- ☐ Batas rugi harian belum tersentuh
- ☐ Aku tidak sedang membalas transaksi rugi sebelumnya
- ☐ SL dan TP akan terpasang di broker pada saat posisi dibuka

L6

CHECKLIST PERSIAPAN SESI

Dikerjakan 30–45 menit sebelum sesi yang kamu pilih. Rinciannya di BAGIAN 7 Bab 9.

- ☐ Saldo awal hari dicatat, batas rugi harian dihitung
- ☐ Kalender ekonomi hari ini dibaca, jam rilis ditulis dalam WIB
- ☐ Level penting dari sesi sebelumnya ditandai di chart
- ☐ Arah rentang waktu besar ditulis dalam satu kalimat
- ☐ Setup yang dicari hari ini disebut namanya, maksimum dua
- ☐ Kuota jumlah transaksi hari ini ditetapkan
- ☐ Kondisi diri diperiksa: tidur, waktu luang, gangguan sekitar
- ☐ Kalau salah satu di atas tidak beres, hari ini hanya mengamati

L7

CHECKLIST TINJAUAN MINGGUAN

Satu jam, di hari yang sama setiap minggu. Angkanya diambil dari L3, bukan dari ingatan.

- ☐ Semua transaksi minggu ini sudah tercatat lengkap di jurnal
- ☐ Jumlah transaksi, jumlah menang, dan hasil total dalam dolar dan dalam R sudah dihitung
- ☐ Persentase kepatuhan dihitung: transaksi tanpa catatan pelanggaran dibagi total transaksi
- ☐ Pelanggaran yang muncul lebih dari sekali diberi nama
- ☐ Setup dengan hasil terburuk diperiksa: salah kondisi pasar, atau salah eksekusi
- ☐ Batas harian, mingguan, dan bulanan tidak ada yang dilanggar
- ☐ Satu hal yang diperbaiki minggu depan ditulis sebagai aturan, bukan sebagai niat
- ☐ Saldo awal minggu depan dicatat, batas mingguan baru dihitung

L8

CHECKLIST TINJAUAN BULANAN

Dua jam, akhir bulan. Ini tinjauan yang boleh mengubah sistem; tinjauan mingguan tidak.

- ☐ Jumlah transaksi bulan ini cukup untuk disimpulkan (minimum 30)
- ☐ Expectancy bulan ini dihitung dari jurnal, bukan diperkirakan
- ☐ Hasil dibandingkan dengan dua bulan sebelumnya
- ☐ Kepatuhan bulan ini dibandingkan dengan bulan lalu
- ☐ Drawdown terbesar bulan ini dicatat beserta penyebabnya
- ☐ Sesi dan setup dipilah: mana yang menghasilkan, mana yang hanya menyita waktu
- ☐ Keputusan ukuran risiko bulan depan ditulis: naik, tetap, atau turun, beserta alasan angkanya
- ☐ Kalau ada perubahan sistem, perubahannya ditulis sebagai satu kalimat yang bisa diuji
- ☐ Penarikan dana bulan ini dicatat, dan saldo awal bulan depan ditetapkan

L9

TEMPLAT KALENDER EKONOMI MINGGUAN

Diisi hari Minggu, sebelum pasar buka. Jam ditulis dalam WIB, dan ingat bahwa jam rilis Amerika bergeser satu jam antara musim panas dan musim dingin di sana.

Hari	Jam (WIB)	Data	Dampak	Rencana
Senin				
Selasa				
Rabu				
Kamis				
Jumat				

Kolom **rencana** hanya punya tiga isi yang sah: "tidak ada posisi 30 menit sebelum sampai 30 menit sesudah", "tutup posisi sebelum rilis", atau "hari ini tidak trading". Alasannya ada di BAGIAN 6 Bab 6.

L10

KARTU ATURAN SATU HALAMAN

Cetak, tempel di tempat yang terlihat dari posisi dudukmu. Isi dengan angka akunmu sendiri. Kartu ini yang dibaca saat kamu merasa ingin melanggar sesuatu.

KARTU ATURAN – _____ (nama) Modal: \$ _____

1. Risiko per transaksi tidak pernah lebih dari \$ _____
2. Rugi hari ini berhenti di \$ _____
3. Rugi minggu ini berhenti di \$ _____
4. Setup yang aku ambil hanya: _____
5. Sesi yang aku ambil hanya: _____
6. Jumlah transaksi maksimum per hari: _____
7. SL dipasang saat membuka posisi, dan tidak pernah digeser menjauh
8. Setelah dua rugi berturut hari ini, aku berhenti sampai besok
9. Aku tidak memegang posisi saat rilis data berdampak tinggi
10. Setiap transaksi masuk jurnal sebelum aku membuka transaksi berikutnya

L11

DUA BELAS CONTOH CHART UNTUK DILATIH

Dua belas gambar berikut tidak bisa dicetak dari buku ini, karena chart yang berguna adalah chart yang kamu ambil sendiri dari platformmu, di harga yang berlaku saat kamu belajar. Ambil tangkapan layarnya, tempel di berkas terpisah, dan tandai sendiri.

Tiap nomor menyebut bab yang menjelaskannya, jadi kamu bisa membaca dulu lalu mencari contohnya.

1. [SCREENSHOT: XAUUSD H1, urutan titik tinggi dan titik rendah yang menaik — tandai tiga titik tinggi dan tiga titik rendah] — BAGIAN 2 Bab 1
2. [SCREENSHOT: XAUUSD H1, satu level yang disentuh harga tiga kali atau lebih] — BAGIAN 2 Bab 3
3. [SCREENSHOT: XAUUSD M15, satu zona yang meninggalkan celah pergerakan cepat] — BAGIAN 2 Bab 5
4. [SCREENSHOT: XAUUSD M15, lilin dengan ekor panjang yang menolak sebuah level] — BAGIAN 2 Bab 6
5. [SCREENSHOT: XAUUSD M15, harga menembus level lalu menutup kembali di dalam — penembusan yang gagal] — BAGIAN 2 Bab 7
6. [SCREENSHOT: satu pasangan tampilan, H4 dan M15 pada waktu yang sama, memperlihatkan arah yang sama] — BAGIAN 2 Bab 8
7. [SCREENSHOT: XAUUSD M5 saat sesi Asia, rentang sempit selama beberapa jam, dengan lebar rentang diukur dalam dolar] — BAGIAN 5 Bab 1
8. [SCREENSHOT: XAUUSD M15 saat pembukaan London, dorongan pertama setelah jam 14.00 WIB] — BAGIAN 5 Bab 2
9. [SCREENSHOT: XAUUSD M15 saat jam tumpang tindih London–New York, dengan spread terlihat di Market Watch] — BAGIAN 5 Bab 4
10. [SCREENSHOT: XAUUSD M1 pada detik-detik rilis data, memperlihatkan spread melebar] — BAGIAN 6 Bab 5
11. [SCREENSHOT: kotak order dengan SL dan TP terisi, sebelum tombol dikonfirmasi] — BAGIAN 0 Bab 8
12. [SCREENSHOT: tab Terminal memperlihatkan margin, ekuitas, dan margin bebas saat ada posisi terbuka] — BAGIAN 0 Bab 10

GLOSARIUM

Semua istilah teknis yang dipakai di buku ini,urut menurut abjad. Setiap istilah juga dijelaskan di bab tempat ia pertama dibutuhkan; daftar ini untuk kamu yang membaca tidak urut, atau yang lupa dan tidak ingin mencari.

Ask

Harga yang kamu bayar saat **membeli**. Selalu sedikit lebih tinggi dari bid, dan selisihnya adalah spread. Posisi beli dibuka di ask dan ditutup di bid.

ATR

Average True Range — rata-rata jarak antara harga tertinggi dan terendah satu batang lilin selama beberapa batang terakhir. Dipakai untuk mengukur seberapa jauh harga biasanya bergerak, sehingga jarak stop loss bisa disesuaikan dengan keadaan pasar sekarang, bukan dengan angka tetap.

Averaging down

Menambah posisi yang sedang **merugi** supaya harga rata-rata masuknya membaik. Terasa berhasil setiap kali dilakukan karena titik impas mendekat, sementara jarak ke penutupan paksa mendekat lebih cepat. Salah satu penyebab akun habis yang paling sering; lihat BAGIAN 3 Bab 8.

Backtest

Menguji sebuah aturan trading pada data harga masa lalu, untuk melihat hasilnya seandainya aturan itu dijalankan. Berguna untuk membuang aturan yang jelas buruk, tapi tidak bisa membuktikan aturan itu akan bekerja — karena kamu sudah tahu apa yang terjadi setelahnya.

Badan lilin

Bagian tebal sebuah lilin: jarak antara harga buka dan harga tutup. Badan yang panjang berarti harga bergerak jauh dan bertahan di sana; badan pendek berarti harga kembali ke sekitar titik awalnya.

Bid

Harga yang kamu terima saat **menjual**. Selalu sedikit lebih rendah dari ask. Penting untuk diketahui karena stop loss posisi beli dipicu oleh bid, sehingga spread yang melebar bisa memicunya tanpa harga tengah bergerak.

Break of structure

Disingkat **BOS**. Harga menembus dan menutup melewati titik tinggi atau rendah terakhir yang membentuk struktur, sehingga arah yang sedang berjalan berubah atau tertegaskan. Lihat BAGIAN 2 Bab 1.

Breakeven

Titik impas: harga di mana posisi tidak untung dan tidak rugi. "Memindahkan stop loss ke breakeven" berarti menggeser stop loss ke harga masuk, sehingga posisi itu tidak bisa lagi merugi.

Breakout

Harga menembus keluar dari batas yang sebelumnya menahannya — batas atas atau bawah sebuah rentang, atau sebuah level penting. Di emas, penembusan sering gagal dan berbalik; lihat **tembusan palsu**.

CPI

Consumer Price Index — data inflasi Amerika, dirilis bulanan. Salah satu dari empat rilis yang paling menggerakkan harga emas, karena ia mengubah perkiraan pasar tentang suku bunga.

Drawdown

Penurunan saldo dari titik tertingginya, dinyatakan dalam persen. Drawdown 30% berarti akun sudah kehilangan 30% dari nilai puncaknya. Angka ini penting karena pemulihannya tidak simetris: drawdown 30% butuh kenaikan 43% untuk pulih.

DXY

Indeks yang mengukur nilai dolar Amerika terhadap sekumpulan mata uang lain. Emas dinilai dalam dolar, jadi keduanya sering bergerak berlawanan — tapi tidak setiap hari. Lihat BAGIAN 1 Bab 3.

Ekor lilin

Garis tipis di atas atau di bawah badan lilin, sering disebut *wick* atau *shadow*. Ia menunjukkan harga yang pernah dicapai tapi tidak dipertahankan. Ekor panjang berarti harga ditolak dari daerah itu.

Ekuitas

Nilai akunmu kalau semua posisi ditutup pada harga sekarang: saldo ditambah atau dikurangi seluruh untung dan rugi yang belum terealisasi. Angka inilah yang dipakai broker untuk memutuskan penutupan paksa, bukan saldo.

Expectancy

Rata-rata hasil satu transaksi kalau sistemmu dijalankan berulang kali, dihitung dari persentase menang, rata-rata untung, dan rata-rata rugi. Sistem dengan expectancy positif menghasilkan uang dalam jangka panjang walau sering kalah. Lihat BAGIAN 3 Bab 4.

Expert Advisor

Disingkat **EA**. Program yang berjalan di dalam MT4 atau MT5 dan bisa membuka serta menutup posisi secara otomatis menurut aturan yang sudah ditulis. Lihat BAGIAN 10 Bab 1.

Floating

Untung atau rugi yang belum terealisasi, yaitu yang masih menempel pada posisi terbuka. Sering ditulis *floating P/L*. Angkanya berubah setiap harga berubah, dan hanya menjadi nyata ketika posisi ditutup.

FOMC

Federal Open Market Committee — rapat bank sentral Amerika yang memutuskan suku bunga, delapan kali setahun. Kejadian tunggal yang paling menggerakkan harga emas. Lihat BAGIAN 6 Bab 4.

FOMO

Fear of missing out — dorongan masuk posisi karena takut kehilangan peluang yang sedang berjalan, bukan karena ada setup. Cirinya: harga sudah bergerak jauh sebelum kamu memutuskan. Lihat BAGIAN 8 Bab 2.

Forward test

Menguji aturan trading pada harga yang berjalan sekarang, biasanya di akun demo, tanpa mengetahui apa yang akan terjadi. Lebih bisa dipercaya daripada backtest, dan lebih lambat.

Hedging

Membuka posisi berlawanan arah pada instrumen yang sama untuk menahan kerugian sementara. Terlihat seperti perlindungan, tapi menambah biaya dan menunda keputusan; sering menjadi cara menghindari mengakui kerugian. Lihat BAGIAN 3 Bab 12.

Higher high (HH)

Titik tinggi baru yang lebih tinggi dari titik tinggi sebelumnya, disingkat **HH**. Bersama *higher low* (HL), ia menandai tren naik. Kebalikannya **lower high** (LH) dan **lower low** (LL) untuk tren turun.

Intraday

Gaya trading yang membuka dan menutup posisi dalam hari yang sama, biasanya di rentang waktu M15 sampai H1, dengan jarak stop loss \$3–\$8 untuk emas.

Jurnal trading

Catatan setiap transaksi beserta alasan masuk, ukuran posisi, hasil, dan keadaan dirimu saat memutuskan. Tanpa jurnal, tidak ada cara membedakan sistem yang buruk dari sistem yang tidak

dijalankan. Lihat BAGIAN 9.

Kalender ekonomi

Daftar jadwal rilis data ekonomi beserta perkiraan pasar dan tingkat dampaknya. Dipakai untuk mengetahui jam mana yang harus dihindari. Lihat BAGIAN 6 Bab 7.

Konfluens

Beberapa alasan berbeda yang menunjuk ke arah yang sama di satu titik harga — misalnya sebuah level penting, arah tren, dan penolakan lilin sekaligus. Semakin banyak alasan yang bertemu, semakin sedikit setup yang memenuhi syarat. Lihat BAGIAN 2 Bab 9.

Korelasi

Ukuran seberapa sering dua instrumen bergerak bersamaan. Dua posisi pada instrumen yang berkorelasi tinggi bukan dua risiko terpisah, melainkan satu risiko berukuran dua kali. Lihat BAGIAN 3 Bab 11.

Leverage

Fasilitas broker yang memungkinkanmu memegang posisi jauh lebih besar daripada uang yang kamu setor, dengan menahan sebagian kecilnya sebagai jaminan. Leverage tidak mengubah risikomu — ukuran lot yang mengubahnya. Lihat BAGIAN 0 Bab 10.

Likuiditas

Banyaknya pembeli dan penjual yang siap bertransaksi pada satu waktu. Saat likuiditas tinggi, posisimu terisi di harga yang kamu lihat dan spread sempit. Saat likuiditas menipis, spread melebar dan harga bergerak melompat. Lihat BAGIAN 2 Bab 4.

Lilin (candle)

Satu batang di grafik yang meringkas empat harga selama satu satuan waktu: harga buka, tertinggi, terendah, dan tutup. Satu lilin pada grafik H1 mewakili satu jam perdagangan. Lihat BAGIAN 0 Bab 7.

Limit order

Order tertunda untuk membeli **di bawah** harga sekarang atau menjual **di atas** harga sekarang. Dipakai kalau kamu menunggu harga kembali ke titik yang kamu inginkan. Lihat BAGIAN 0 Bab 9.

Lot

Satuan ukuran posisi. Untuk XAUUSD, **1,00 lot = 100 troy ons**, sehingga pergerakan harga \$1,00 mengubah nilai posisi sebesar \$100. Broker ritel umumnya membatasi lot terkecil di 0,01.

Lower low (LL)

Titik rendah baru yang lebih rendah dari titik rendah sebelumnya, disingkat **LL**. Bersama *lower high* (LH), ia menandai tren turun.

Margin

Bagian dari uangmu yang ditahan broker sebagai jaminan selama posisi terbuka. Ia tidak hilang, hanya tidak bisa dipakai untuk membuka posisi lain. Lihat BAGIAN 0 Bab 10.

Margin call

Peringatan dari broker bahwa ekuitasmu sudah turun mendekati batas jaminan yang dibutuhkan. Bukan penutupan posisi, tapi tanda bahwa penutupan paksa sudah dekat.

Market order

Order yang dieksekusi sekarang, pada harga yang tersedia saat itu. Berbeda dari order tertunda, yang menunggu harga mencapai titik tertentu.

NFP

Non-Farm Payrolls — data pekerjaan Amerika, dirilis setiap Jumat pertama bulan pukul 19.30 WIB. Salah satu rilis yang paling menggerakkan emas.

Order block

Daerah harga tempat pesanan besar diperkirakan pernah dieksekusi, ditandai oleh lilin yang mendahului pergerakan tajam. Dipakai sebagai daerah yang mungkin diuji ulang. Lihat BAGIAN 2 Bab 5.

Overconfidence

Keyakinan pada kemampuan sendiri yang melebihi bukti yang ada, biasanya muncul setelah beberapa kemenangan berurutan. Akibat praktisnya selalu sama: ukuran posisi naik tanpa alasan yang tertulis. Lihat BAGIAN 8 Bab 4.

Overlap

Jam ketika dua sesi besar buka bersamaan. Untuk emas yang terpenting adalah overlap London dan New York, pukul 19.00–23.00 WIB, yang menjadi jam dengan pergerakan terbesar.

Overlot

Membuka posisi yang terlalu besar dibandingkan modal. Penyebab nomor satu akun habis. Ia bisa diukur: kalau kerugian satu transaksi melewati batas persentase yang kamu tetapkan, itu overlot, apa pun perasaanmu. Lihat BAGIAN 4 Bab 2.

Pending order

Order tertunda: perintah yang menunggu sampai harga mencapai titik tertentu, baru dieksekusi. Mencakup limit order dan stop order. Lihat BAGIAN 0 Bab 9.

Penolakan (rejection)

Penolakan: harga mencapai sebuah daerah lalu cepat kembali, meninggalkan ekor lilin yang panjang. Ia menunjukkan bahwa di daerah itu ada pihak yang melawan dengan cukup kuat. Lihat BAGIAN 2 Bab 6.

Pip

Istilah yang **tidak dipakai di buku ini**, dan ini satu-satunya tempat ia dijelaskan.

Untuk pasangan mata uang, satu pip berarti perubahan digit keempat setelah titik desimal. Untuk emas tidak ada kesepakatan: sebagian penulis dan broker memakai satu pip = pergerakan harga **\$0,10**, sebagian lagi **\$0,01**. Keduanya dipakai luas.

Akibatnya, tabel ukuran posisi yang memakai satu arti dan rumus yang memakai arti lain menghasilkan ukuran lot yang berbeda **sepuluh kali** — dan ini benar-benar terjadi di banyak materi yang beredar, kadang di dalam satu halaman.

Karena itu buku ini memakai pergerakan dolar per ons, yang hanya punya satu arti. Kalau kamu membaca materi lain dan menemukan kata "pip", cari dulu arti mana yang dipakai penulisnya, lalu terjemahkan ke dolar sebelum memakai angkanya.

Position sizing

Menerjemahkan batas risiko dalam persen menjadi ukuran lot yang benar-benar diketik di platform. Rumusnya $LOT = Risiko(\$) \div (jarak\ SL(\$) \times 100)$. Bab terpenting di buku ini; lihat BAGIAN 3 Bab 3.

Prop firm

Perusahaan yang memberi trader akses ke modalnya setelah lulus serangkaian uji, dengan pembagian keuntungan. Ada yang sah dan ada yang sebenarnya hanya menjual biaya uji; lihat BAGIAN 10 Bab 4.

R-multiple

Hasil satu transaksi diukur dalam satuan risiko awalnya. Kalau kamu berisiko \$20 dan untung \$60, hasilnya 3R. Berguna karena membuat transaksi dengan ukuran berbeda bisa dibandingkan langsung. Lihat BAGIAN 3 Bab 4.

Range

Keadaan ketika harga bergerak naik-turun di antara batas atas dan batas bawah yang sama, tanpa menembus keluar. Juga dipakai untuk menyebut jarak antara harga tertinggi dan terendah pada satu periode.

Rentang waktu (timeframe)

Rentang waktu yang diwakili satu lilin. M1 berarti satu menit, H1 satu jam, D1 satu hari. Rentang waktu yang berbeda bisa memperlihatkan arah yang berbeda pada saat yang sama; BAGIAN 2 Bab 8 membahas cara menyusunnya.

Resistance

Daerah harga yang beberapa kali menghentikan kenaikan. Bukan garis tunggal, melainkan zona selebar \$1-\$3 untuk emas. Lihat BAGIAN 2 Bab 3.

Revenge trading

Membuka posisi karena ingin uang yang baru saja hilang kembali, bukan karena ada peluang. Tiga tandanya terukur dari riwayat transaksi: jeda antar transaksi memendek, ukuran lot membesar, syarat masuk melonggar. Lihat BAGIAN 8 Bab 3.

RR — perbandingan risiko dan sasaran (risk-reward)

Perbandingan antara jarak stop loss dan jarak target, disingkat RR di seluruh buku ini. RR 1:2 berarti target dua kali lebih jauh daripada stop loss. Angka ini tidak berarti apa pun tanpa persentase menang; keduanya digabung dalam expectancy. Lihat BAGIAN 3 Bab 4.

Saldo

Uang di akunmu dari transaksi yang **sudah ditutup**, sering ditulis *balance*. Berbeda dari ekuitas, yang juga menghitung posisi yang masih terbuka.

Sapuan likuiditas (liquidity sweep)

Lonjakan singkat yang melewati sekumpulan stop loss di satu daerah, lalu berbalik. Sering terjadi di sekitar angka bulat dan di luar titik tinggi atau rendah yang jelas terlihat. Lihat BAGIAN 2 Bab 4.

Scaling in

Memecah satu gagasan trading menjadi beberapa titik masuk dengan total lot yang sudah dibatasi sejak awal, dan menggeser stop loss setiap kali menambah. Berbeda dari averaging down: scaling in menambah saat untung. Lihat BAGIAN 3 Bab 8.

Scalping

Gaya trading dengan posisi berdurasi menit dan target kecil, biasanya di rentang waktu M1 sampai M5, dengan jarak stop loss \$1–\$3 untuk emas. Paling terpengaruh oleh spread.

Sesi

Rentang jam ketika pusat perdagangan besar sedang buka: Asia, London, dan New York. Emas berperilaku berbeda di tiap sesi, dan hanya sekitar enam setengah jam sehari yang pergerakannya cukup besar untuk membayar biaya masuk. Lihat BAGIAN 5.

Slippage

Selisih antara harga yang kamu minta dan harga yang benar-benar kamu dapat. Muncul saat harga bergerak melompat, terutama di detik-detik rilis data, dan ia bisa membuat kerugian melampaui angka stop loss yang kamu pasang. Lihat BAGIAN 6 Bab 5.

Spread

Selisih antara bid dan ask, yaitu biaya masuk satu posisi. Untuk emas biasanya \$0,20–\$0,50 di jam normal, dan bisa melebar ke \$3–\$15 selama beberapa detik saat rilis data. Spread tidak mengecil ketika pergerakan mengecil, dan itu sebabnya jam sepi merugikan.

Stop loss

Perintah untuk menutup posisi kalau harga bergerak melawanmu sampai titik tertentu. Bukan janji harga, melainkan pemicu: eksekusinya terjadi pada harga yang tersedia saat itu. Satu-satunya alat yang membatasi kerugian satu transaksi.

Stop order

Order tertunda untuk membeli **di atas** harga sekarang atau menjual **di bawah** harga sekarang. Dipakai kalau kamu ingin masuk hanya setelah harga bergerak ke arah yang kamu perkirakan.

Stop out

Penutupan paksa posisi oleh broker karena ekuitasmu turun di bawah batas tertentu dari margin yang dibutuhkan. Berbeda dari margin call, yang hanya peringatan sebelumnya.

Struktur pasar

Rangka pergerakan harga yang dibaca dari urutan titik tinggi dan titik rendahnya. Ia menjawab satu pertanyaan sebelum pertanyaan lain boleh diajukan: harga sedang naik, turun, atau bergerak menyamping. Lihat BAGIAN 2 Bab 1.

Suku bunga riil

Suku bunga setelah dikurangi inflasi. Ia penggerak terkuat harga emas dalam jangka panjang, karena emas tidak menghasilkan bunga: makin tinggi suku bunga riil, makin mahal biaya memegang emas. Lihat BAGIAN 1 Bab 3.

Supply dan demand

Daerah harga tempat penawaran atau permintaan besar diperkirakan menumpuk. **Zona supply** di atas harga sekarang cenderung menahan kenaikan, **zona demand** di bawahnya cenderung menahan penurunan. Bersaudara dekat dengan order block.

Support

Daerah harga yang beberapa kali menghentikan penurunan. Seperti resistance, ia zona selebar \$1–\$3 untuk emas, bukan garis tunggal. Lihat BAGIAN 2 Bab 3.

Swap

Biaya atau pendapatan bermalam: jumlah kecil yang ditambahkan atau dikurangi dari posisi yang masih terbuka saat hari perdagangan berganti. Nilainya kecil per hari, tapi berarti untuk posisi yang ditahan berminggu-minggu.

Swing high

Titik tinggi setempat: satu lilin yang harga tertingginya lebih tinggi daripada beberapa lilin di kiri dan kanannya. Titik-titik inilah yang dipakai untuk membaca struktur pasar.

Swing low

Titik rendah setempat, kebalikan dari swing high.

Swing trading

Gaya trading yang menahan posisi beberapa hari sampai beberapa minggu, biasanya di rentang waktu H4 sampai D1, dengan jarak stop loss \$10–\$25 untuk emas. Tidak menuntut kehadiran di jam tertentu, tapi menuntut modal lebih besar.

Take profit

Perintah untuk menutup posisi kalau harga bergerak ke arahmu sampai titik tertentu. Berbeda dari stop loss, ia dieksekusi pada harga yang kamu minta atau tidak dieksekusi.

Tembusan palsu (fake breakout)

Harga menembus sebuah level, memicu order dan stop loss di sekitarnya, lalu berbalik kembali ke dalam. Di emas ini terjadi cukup sering sehingga perlu ditangani sebagai keadaan normal, bukan

kecelakaan. Lihat BAGIAN 2 Bab 7.

Trailing stop

Stop loss yang bergerak mengikuti harga saat posisi menguntungkan, sehingga sebagian keuntungan terkunci. Kalau jaraknya terlalu dekat, ia tersentuh oleh riak biasa sebelum pergerakan sebenarnya selesai.

Tren (trend)

Arah yang sedang dijalani harga, dibaca dari urutan titik tinggi dan rendahnya: naik kalau keduanya makin tinggi, turun kalau keduanya makin rendah. Lihat BAGIAN 2 Bab 2.

Troy ons

Satuan berat untuk logam mulia, sekitar 31,1 gram. Harga XAUUSD adalah harga satu troy ons emas dalam dolar Amerika, dan satu lot berisi 100 troy ons.

Uji ulang (retest)

Harga kembali menguji level yang baru saja ditembusnya. Sering dipakai sebagai titik masuk yang lebih baik daripada mengejar penembusannya, karena jarak stop loss-nya lebih jelas.

Winrate

Persentase transaksi yang berakhir untung. Angka ini sendiri tidak memberitahu apakah sebuah sistem menguntungkan: winrate 30% dengan target jauh bisa lebih baik daripada winrate 70% dengan target dekat. Lihat BAGIAN 3 Bab 4.

PENUTUP

Kamu sudah sampai di halaman terakhir. Ada satu hal yang perlu dikatakan sebelum buku ini ditutup, dan ini bukan penyemangat.

Membaca buku ini tidak mengubah apa pun.

Itu bukan kerendahan hati. Itu pernyataan mekanis. Pengetahuan tentang ukuran posisi tidak mengecilkan posisimu; yang mengecilkannya adalah rumus yang kamu jalankan sebelum menekan tombol. Pengetahuan tentang revenge trading tidak menghentikanmu; yang menghentikanmu adalah platform yang sudah tertutup.

Jarak antara keduanya adalah satu-satunya hal yang menentukan hasilmu, dan buku tidak bisa menyeberanginya untukmu.

Kalau kamu hanya mengerjakan satu hal

Kerjakan BAGIAN 11 Bab 1: tulis satu halaman aturan trading-mu sendiri, dengan angka akunmu, brokermu, dan jadwalmu.

Satu halaman itu lebih berharga daripada seluruh 100 bab sebelumnya, karena hanya ia yang akan kamu baca setiap hari. Bagian-bagian sebelumnya bahan bakunya; satu halaman itu produknya.

Tiga angka yang menentukan segalanya

Dari seluruh isi buku ini, tiga angka berikut menyumbang bagian terbesar dari perbedaan antara akun yang bertahan dan akun yang habis. Kalau kamu hanya mengingat tiga hal:

Risiko per transaksi	: maksimal 2% dari saldo
Batas rugi harian	: 4%, lalu platform ditutup
Ukuran posisi	: $LOT = Risiko\$ \div (jarak\ SL\ dalam\ dolar \times 100)$

Baris ketiga bukan sekadar rumus. Ia satu-satunya penghubung antara dua baris di atasnya dan tombol yang kamu tekan. Tanpanya, dua baris pertama hanya niat.

Yang tidak dijanjikan buku ini, sekali lagi

Tidak ada penghasilan tetap. Tidak ada persentase keuntungan tertentu. Tidak ada jangka waktu untuk mencapainya.

Mayoritas orang yang mencoba trading kehilangan modalnya. Buku ini tidak mengubah kenyataan itu; ia hanya memastikan kalau kamu termasuk di dalamnya, penyebabnya bukan hal yang bisa dihitung sebelumnya.

Dan kalau setelah membaca semua ini kamu menyimpulkan bahwa trading bukan untukmu, itu kesimpulan yang sah dan sering kali benar. Berhenti sebelum kehilangan apa pun adalah hasil terbaik yang bisa diberikan sebuah buku trading kepada sebagian pembacanya.

Urutan yang disarankan setelah ini

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 1. Tulis satu halaman aturanmu | (BAGIAN 11 Bab 1) |
| 2. Cetak toolkit yang kamu butuhkan | (LAMPIRAN) |
| 3. Jalankan 30 transaksi demo, patuh | (syarat lulus ada di BAGIAN 11 Bab 1) |
| 4. Kalau lulus: mulai dengan seperempat | (BAGIAN 3 Bab 13) |
| 5. Tinjau setiap 30 transaksi, satu perubahan per tinjauan | (BAGIAN 9 Bab 9) |

Lima baris itu bisa memakan waktu tiga sampai enam bulan sebelum satu dolar nyata dipertaruhkan. Itu bukan penundaan. Itu bagian pekerjaannya.

SEBELUM KAMU MENUTUP BUKU INI

Tiga pertanyaan. Jawab jujur, di kepala saja kalau perlu.

- | | |
|--|------------|
| 1. Apakah uang yang akan saya pakai, kalau hilang seluruhnya, mengubah hidup saya? | Ya / Tidak |
| 2. Apakah saya sudah bisa menghitung ukuran lot tanpa membuka buku ini? | Ya / Tidak |
| 3. Apakah aturan saya sudah tertulis di satu tempat yang saya baca sebelum sesi? | Ya / Tidak |

Kalau pertanyaan pertama dijawab "ya", jawabannya berhenti — dan BAGIAN 0 Bab 2 menjelaskan kenapa itu jawaban teknis, bukan moral.

Kalau pertanyaan kedua atau ketiga dijawab "tidak", jawabannya kembali ke BAGIAN 3 dan BAGIAN 11, bukan lanjut.

Kalau ketiganya sudah pada tempatnya, kamu sudah lebih siap daripada mayoritas orang yang membuka akun hari ini. Itu bukan jaminan. Itu hanya berarti kerugianmu, kalau terjadi, akan mengajari sesuatu — karena ada aturan yang bisa dibandingkan dengan apa yang benar-benar kamu lakukan.

© 2026 **traderpemula.com** — Buku ini gratis dan boleh kamu teruskan utuh kepada siapa pun. Ketentuan lengkapnya ada di bagian depan buku ini.

Kalau buku ini berguna, yang paling menolong bukan ucapan terima kasih, tapi meneruskannya ke satu orang yang sedang berada di halaman pertama.

Untuk izin di luar itu, kutipan resmi, atau koreksi isi: legal@traderpemula.com